

**TERAPI *ẒIKIR* DI PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR  
TOMBO ATI SEMARANG  
TAHUN 2015**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Dalam Ilmu Ushuluddin  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

**HAFIZH RAHMAN**

NIM : 104411018

**FAKULTAS USHULUDDIN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2015**

## DEKLARASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hafizh Rahman  
NIM : 104411018  
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi  
Fakultas : Ushuluddin  
Judul Skripsi : Terapi *Ẓikr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo  
Ati Semarang Tahun 2015

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar “Sarjana Strata 1” pada suatu perguruan tinggi, dan dalam pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 18 Mei 2015



Hafizh Rahman

NIM. 104411018

**TERAPI *ẒIKIR* DI PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR  
TOMBO ATI SEMARANG  
TAHUN 2015**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Dalam Ilmu Ushuluddin  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

**HAFIZH RAHMAN**

NIM : 104411018

Semarang, 11 Mei 2015

Disetujui oleh :

**Prof. Dr. H. Ghazali Munir, MA**

NIP. 19490926 198103 1 001

**Dr. Sulaiman, M.Ag**

NIP. 19730627 200312 1 003

## PENGESAHAN

Skripsi Saudara Hafizh Rahman, NIM 104411018, telah di munaqosahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang pada tanggal :

**03 Juni 2015**

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin.



**Drs. Machrus, M.Ag**

NIP. 19630105 199001 1 002

Pembimbing I

**Prof. Dr. H. Ghazali Munir, MA**

NIP. 19490926 198103 1 001

Pembimbing II

**Dr. Sulaiman, M.Ag**

NIP. 19730627 200312 1 003

Penguji I

**Prof. Dr. H.M Amin Syukur, M.A**

NIP. 19520717 198003 1 004

Penguji II —

**Dra. H. Siti Munawaroh Thawaf, M.Ag**

NIP. 19510808 197703 2 001

Sekretaris Sidang

**Fitriyati, S.Psi. M.Si**

NIP. 19690725 200501 2 002

## NOTA PEMBIMBING

Lampiran : 3 (Tiga) eksemplar  
Hal : Naskah Skripsi

Kepada :  
Yth. Dekan Fakultas  
Ushuluddin  
UIN Walisongo  
Semarang  
Di Semarang

*Assalamualaikum wr.wb*

Setelah kami mengadakan koreksi dan perbaikan seperlunya,  
maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara :

Nama : Hafizh Rahman  
NIM : 104411018  
Program : S1 Ilmu Ushuluddin  
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi  
Judul Skripsi : Terapi *Ẓikr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo  
Ati Semarang Tahun 2015

Dengan ini kami mohon agar skripsi saudara tersebut dapat  
segera dimunaqosahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima  
kasih.

*Wassalamu'alaikum wr.wb*

Semarang, 11 Mei 2015

Pembimbing I

Pembimbing II



**Prof. Dr. H. Ghazali Munir, MA**  
NIP. 19490926 198103 1 001



**Dr. Sulaiman, M.Ag**  
NIP. 19730627 200312 1 003

## MOTTO

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي  
سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴿٦٠﴾ (المؤمنون: ٦٠)

*"Dan Tuhanmu berfirman: "Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan  
Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang  
menyombongkan diri dari menyembah-Ku akan masuk neraka  
Jahannam dalam Keadaan hina dina".  
(QS. Al-Mukmin/ 23: 60)*

## TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan ejaan Arab dalam Skripsi ini berpedoman pada keputusan Menteri Agama dan Menteri Departemen Pendidikan Republik Indonesia Nomor: 158 Tahun 1987. dan 0543b/U/1987. Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih huruf dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya, Tentang pedoman Transliterasi Arab-Latin, dengan beberapa modifikasi sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Fenomena konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan transliterasinya dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba	b	be
ت	ta	t	te
ث	sa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	jim	j	je
ح	ha	ḥ	ha (dengan titik di atas)

			bawah)
خ	kha	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	zal	z	zet (dengan titik di atas)
ر	ra	r	er
ز	zai	z	zet
س	sin	s	es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ta	ṭ	te (engan titik di bawah)
ظ	za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	gain	g	ge
ف	fa	f	ef
ق	qaf	q	ki
ك	kaf	k	ka
ل	lam	l	el
م	mim	m	em
ن	nun	n	en
و	wau	w	we
ه	ha	h	ha
ء	hamzah	‘	apostrof
ي	ya	y	ye

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.



### a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	fathah	a	a
ي	kasrah	i	i
و	dhammah	u	u

### b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اي	fathah dan ya	ai	a dan i
او	fathah dan wau	au	a dan u

Kataba	كَتَبَ	-	su'ila : سُئِلَ
Fa'ala	فَعَلَ	-	kaifa : كَيْفَ
Zukira	ذُكِرَ	-	haua : هَوِيَ

### 3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
وَا.....	fathah dan alif atau ya	a	a dan garis di atas
ي.....	kasrah dan ya	i	i dan garis di atas
وُ.....	dhammah dan wau	u	u dan garis di atas

Contoh :

Qala - قَالَ

Rama - رَمَى

Qila - قِيلَ

Yaqulu - يَقُولُ

### 4. Ta Marbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua:

#### a. Ta marbutah hidup

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya adalah /t/

#### b. Ta marbutah mati

Ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/

c. Kalau pada kata yang terakhir dengan ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

روضة الاطفال - Raud}ah al-at} fal

روضة الاطفال - Raud}atul at} fal

المدينة المنورة - Al-Madinah al-Munawwarah atau al-Madinat  
ul Munawwarah

طلحة - T}alh}ah

## 5. Syaddah (*Tasydid*)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

رَبَّنَا - Rabbanā

نَزَّلَ - Nazzala

الْبِرِّ - al-Birr

الْحَجِّ - al-Hajj

نَعَمْ - na'ama

## 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang dibedakan atas kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah dan kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariah.

### a. Kata sandang diikuti huruf syamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

### b. Kata sandang diikuti huruf *qamariah*

Kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya.

Contoh :

الرَّجُل - ar-rajulu

السَّيِّدَة - as-sayyidatu

القلم - al-qalamu

البديع - al-badi'u

الجلال - al-jalālu

## 7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan karena dalam tulisan arab berupa alif.

Contoh:

تأخذون ta'khuzuna

النوء an-nau'

شيء syai'un

إن inna

## 8. *Penulisan kata*

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim* maupun *huruf*, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain. Karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh :

مَنْ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا

Man istat }ā'ailaihi sabilā

وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ

Wainnalla> halahuwakhair al-ra>ziqi

فَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ

Fa aufu al-kaila wa al-mizāna

إِبْرَاهِيمَ الْخَلِيلَ

Ibrāhim al-Khalil

Ibrāhimul al-Khalil

## 9. *Huruf Kapital*

Meskipun, dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan

huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila mana diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Contoh:

و ما محمد الارسل	wa ma Muh\ammadun illa rasul
و لقد راه بالا فق المبين	wa laqad ra'ahu bi al-ufuq al-mubini

Penggunaan huruf kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain, sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan. Contoh:

نصر من الله وفتح قريب	Nasrun minallāhi wa fathun qarib
الله الأمر جميعا	Lillāhi al-amru jami'an
	Lillāhil amru jami'an

## **10. Tajwid**

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tidak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

## UCAPAN TERIMA KASIH

*Bismillahir Rahmanir Rahim*

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, bahwa atas taufiq dan hidayah-Nya maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi yang berjudul “TERAPI *ẒIKIR* DI PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR TOMBO ATI SEMARANG TAHUN 2015” disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Muhibbin, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang yang mengizinkan untuk membuat skripsi.
2. Bapak Dr. H. M. Muhsin Jamil, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang yang telah merestui pembahasan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Ghazali Munir, M.A dan Dr. Sulaiman, M.Ag selaku Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk

memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi.

4. Bapak Prof. Dr. H.M Amin Syukur, M.A dan Bu Drs. Munawaroh Thawaf, M.Ag yang sudah bersedia bersabar membimbing dan mengujiku dalam penyusunan skripsi yang benar dan lulus.
5. Bapak / Ibu Pimpinan Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ijin dan layanan kepastakaan yang diperlukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Para Dosen Pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang, yang telah membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
7. Bapak Dr. Sulaiman M.Ag selaku ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi dan Ibu Fitriyati, S.Psi, M.Si, selaku sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang.
8. Bapak Wisnu Buntaran, S.Psi, M. Psi, selaku bina Skk yang selalu memberiku motivasi semangat dalam menghadapi hidup yang lebih baik dan memberiku ilmu tentang sabar, ikhlas, dan qanaah dalam hidup serta memberikan dukungan semangat lulus maupun mendapatkan makna sebagai keluarga.



9. Kedua Orang tua Ibu Zumrotun dan Bapak Sugiyanto, serta saudara-saudaraku, ataupun kakek dan nenekku yang juga selalu memberikan dukungan moril maupun materiil.
10. Segenap keluarga besar Kyai Tombo Ati (Gus Tanto), Pengurus, dan Santri Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang yang sudah memberikan pengarahan dan memberikan waktu izin dalam penelitian di Pondok tersebut serta memberikan dukungan semangat untuk lulus.
11. Kepada senior-seniorku Shonif Hidayat, Sufyan Riyadi, dan M. Sakdullah yang telah mengajarku dan memberiku ilmu dalam organisasi serta mengajarkan tentang ilmu-ilmu terapi maupun tenaga dalam (RTD) ataupun juga ilmu hipnoterapy.
12. Kepada rekan-rekan di dalam Organisasi HMJ TP yang telah memberiku kesempatan dalam pentingnya berorganisasi.
13. Kepada rekan-rekan M. Amin, M. Munif, Irwan Gatot, Saifullah, A. Zulkarnain, serta rekan-rekan seperjuangan yang lain, yang telah menemaniku di kampus dan mendapatkan makna teman adalah keluarga.
14. Rekan-rekan seperjuangan di Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang Angkatan 2010 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi. Teman-teman Tim KKN UIN Walisongo Semarang Posko 63. Kebersamaan dengan kalian selalu memberikan inspirasi dan motivasi, juga telah mengajarkanku arti tentang kebahagiaan, kekompakan, kebersamaan, dan berbagi, serta saling memahami.

Pada akhirnya, penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Semarang, 11 Mei

2015

Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Hafizh Rahman', written over the word 'Peneliti'.

Hafizh Rahman

## ABSTRAK

Penelitian dengan judul “Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.” Penelitian ini dilaksanakan oleh Hafizh Rahman (104411018), yang dilatarbelakangi oleh digunakannya terapi *ẓikīr* sebagai metode penyembuhan penyakit psikis dan merubah akhlakul karimah oleh Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang.

Adapun permasalahan dalam penelitian ini yang berkaitan dengan proses penyembuhan melalui terapi *ẓikīr* yaitu: 1) Bagaimana Pengaruh Terapi *Ẓikīr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015, 2) Bagaimana Pelaksanaan Terapi *Ẓikīr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015, dan 3) Bagaimana metode-metode Terapi *Ẓikīr* yang diterapkan Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*Field Research*) dengan pendekatan kualitatif yang menggunakan metode pengumpulan data observasi, interview, dan dokumentasi. Adapun analisa datanya menggunakan metode analisa deskriptif kualitatif yaitu analisa penelitian yang dimaksudkan untuk mendiskripsikan suatu situasi tertentu yang bersifat formal secara sistematis dan akurat.

Hasil dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh terapi *ẓikīr* para santri ketika para santri mengikuti pelaksanaan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang dalam kesembuhan psikis maupun merubah akhlak yang mulia dan ingin selalu berzikir kepada Allah SWT.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat dijelaskan bahwa Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang sangat berpengaruh dalam pengobatan medis maupun non medis dan penyembuhan psikis para santri, dikarenakan *ẓikīr* adalah metode dimana seseorang untuk selalu mengingat kepada Allah SWT.

Menurut peneliti, *ẓikīr* adalah metode dimana seseorang untuk ingin selalu mengingat kepada Allah SWT. Ketika seseorang melakukan metode tersebut, maka seseorang akan mendapatkan hidayahnya dan mendapatkan kesembuhan dari Allah, karena Allah maha menyembuhkan segala penyakit dalam tubuh kita. Terapi *ẓikīr* banyak diakui oleh pengobatan medis maupun non medis,

dikarenakan berpengaruh dalam kehidupan seseorang. Dalam melakukan *zikir* pasti akan muncul faktor yang mendukung maupun yang menghambat dalam melakukan terapi *zikir*. Faktor yang mendukung adalah niat, taubat, dan khusyuk. Sedangkan, faktor penghambat adalah dosa yang diperbuat, putus asa, dan makan-makanan haram. Oleh karena itu, terapi *zikir* sangat efektif maupun berpengaruh dalam kehidupan manusia dan untuk kesembuhan seseorang melalui terapi *zikir*.

*Zikir* sebagai terapi yang tidak hanya berorientasi pada kesembuhan penyakit saja. Namun, juga bertujuan untuk memupuk keimanan seseorang agar selalu mengingat ataupun berzikir kepada Allah SWT. Maka, terapi *zikir* sangat tepat yang dianjurkan dan ditetapkan sebagai salah satu alternatif pengobatan bagi umat Islam, sebagaimana yang dianjurkan oleh Nabi Muhammad saw.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
DEKLARASI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
NOTA PEMBIMBING.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN.....	vii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH .....	xv
HALAMAN ABSTRAKSI.....	xix
DAFTAR ISI.....	xxi
 <b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.. ..	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
D. Tinjauan Pustaka.. ..	7
E. Metode Penelitian.....	8
F. Sistematika Penulisan... ..	11
 <b>BAB II. TERAPI <i>ẒIKIR</i></b>	
A. Pengertian Terapi <i>Ẓikir</i> .....	19
B. Etika Ber <i>Ẓikir</i> .....	24
C. Macam-macam Terapi <i>Ẓikir</i> .....	27
D. Tujuan dan Manfaat Terapi <i>Ẓikir</i> .....	34
E. Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat.. ...	41
F. <i>Ẓikir</i> Sebagai Pendamping Pengobatan Terapi Medis .....	53

### **BAB III    DESKRIPSI DAN AKTIVITAS TERAPI *ẒIKIR* DI PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR TOMBO ATI SEMARANG**

#### **A. Deskripsi Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati**

Semarang.....	56
1. Letak geografis Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.....	56
2. Sejarah dan Perkembangan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.....	57
3. Tujuan dan alasan didirikannya Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.....	60
4. Struktur organisasi Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.....	64
5. Program Kegiatan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.....	65
6. Fasilitas Perlengkapan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.....	66
7. Ciri Khas Bangunan Pondok Pesantren Tombo Ati.....	66

#### **B. Aktivitas Terapi *Ẓikir* Di Pondok Pesantren Istighfar**

Tombo Ati Semarang .....	70
1. Pelaksanaan Pengajian Terapi <i>Ẓikir</i> .....	70
a. Sebelum Pelaksanaan Pengajian Terapi <i>Ẓikir</i> .....	70

b. Sesudah Pelaksanaan Pengajian Terapi	
<i>Ẓikīr</i> .....	73
2. Metode <i>Ẓikīr</i> .....	74
3. Materi <i>Ẓikīr</i> .....	80
4. Manfaat <i>Ẓikīr</i> Di Pondok Pesantren Istighfar	
Tombo Ati. ....	88

#### **BAB IV   TERAPI   *ẒIKIR*   DI   PONDOK   PESANTREN ISTIGHFAR TOMBO ATI SEMARANG**

A. Tujuan dan Manfaat Terapi <i>Ẓikīr</i> di Pondok	
Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang .....	90
B. Faktor Penghambat dan Faktor Pendukung	
Terapi <i>Ẓikīr</i> di Pondok Pesantren Istighfar	
Tombo Ati Semarang 2015 .....	95
1.   Faktor Penghambat .....	109
2.   Faktor Pendukung .....	109
C. Pengaruh Terapi <i>Ẓikīr</i> dalam Tinjauan	
Pengobatan Medis .....	116

#### **BAB IV   PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	120
B. Saran .....	122

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **Lampiran-lampiran**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada era modern ini teknologi yang terus mulai naik seperti kebutuhan. Kebutuhan manusia adalah kebutuhan jasmani maupun rohani. Di selang waktu yang modern ini manusia dalam memenuhi kebutuhan merasa selalu kurang. Ketika orang tersebut di saat bekerja kebutuhan terpenuhi, tetapi orang tersebut dalam keadaan pengangguran, seseorang akan melakukan segala cara untuk memenuhi kebutuhan misalnya, mencuri, menyamun, dan memeras barang orang lain. Apabila seseorang dihadapkan dengan masalah, orang tersebut akan mengalami pengaruh dalam masalah dan akan muncul segala penyakit dalam diri manusia. Di saat manusia ingin selalu melakukan perbuatan yang tidak terpuji, maka mereka dapat merusak akhlak dalam diri manusia.

Banyak orang yang bersama-sama mencari pengobatan yang medis maupun non medis. Pengobatan medis terbiasa orang-orang pada datang berobat ke dokter, atau ke psikiater, serta non medis adalah dengan berzikir. Banyak metode *zikir* yang digunakan dalam Pesantren.

Untuk pengertian *zikir* dalam bahasa adalah menyebut, mengingat, dan mohon ampun. Ketika orang mengetahui makna *zikir*, pasti orang tersebut tidak akan selalu melakukan berbuat dosa dan takut kepada Allah SWT.



Menurut Aboe Bakar Atjeh, *zikir* adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mensucikan Tuhan dan membersihkan dari sifat-sifat yang tidak layak untuk hambanya, kemudian memuji dengan puji-pujian dan sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>1</sup>

Sedangkan, menurut Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqi, *zikir* adalah menyebut Allah dengan membaca *tasbih* (*subḥanāllāh*), membaca *tahlil* (*lā ilāha illallāh*), membaca *taḥmid* (*alḥamdulillāh*) membaca *taqdies* (*quddūsun*), membaca *takbir* (*Allāhu Akbar*), membaca *hauqalah* (*lā ḥaula wa lā quwata illā billāhi*) membaca *hasbalah* (*ḥasbiyallāhu*), membaca *basmalah* (*bismillāhirrahḥmānirrahīm*), membaca al-Qur'anul Majied dan membaca *do'a-do'a* yang ma'tsur, yaitu *do'a-do'a* yang diterima dari Nabi saw.<sup>2</sup>

Anjuran untuk berzikir kepada Allah telah banyak termaktub di ayat-ayat al-Qur'an diantaranya dalam (QS. Al-Aḥزاب/ 33: 41):

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ (الأحزاب: ٤١)

---

<sup>1</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tharekat*, Solo: Ramadhani, 1992, h. 276

<sup>2</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqi, *Pedoman Dzikir dan Doa*, Semarang: Pustaka Rizqi Putra, 1997, h. 36

*“Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya.” (QS. Al-Aḥzab/ 33: 41)*<sup>3</sup>

*Ẓikr* adalah mengingat Allah yang dilakukan secara lisan maupun dengan hati. Ketika orang tersebut melakukan *zikir*, seseorang merasa jiwa tenang, akhlak menjadi baik, dan malu untuk berbuat dosa. Selain itu, *zikir* di samping itu manfaat *zikir* adalah untuk mengalirkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh dan dapat seseorang kesehatan.

Banyak tempat-tempat Pesantren berlomba-lomba melakukan metode *zikir*, di samping untuk membantu penyembuhan maupun merubah akhlak dan untuk bertujuan mengingat Allah, contohnya, di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Di Pondok para santri terkenal orang-orang jahat, preman, dan gali. Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang menggunakan metode *zikir* sebagai pengobatan medis dan bertujuan merubah akhlak mereka menjadi akhlakul karimah yang merupakan tujuan dan alasan di dirikan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang.

Ciri khas Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang bagian depan bertulisan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati. Di sebelah kanan pintu utama mirip dengan bangunan klenteng, karena genteng berwarna merah mencolok, dilengkapi

---

<sup>3</sup> Depag RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, Bandung: CV Diponegoro, 2000, h. 338

dengan hiasan patung dua naga raksasa laki-laki dan perempuan yang berdampingan, di tengahnya tertulis kaligrafi ayat-ayat al-Qur'an dan di sebelah kiri pintu utama tertulis Pondok Pesantren Istighfar. Bangunan Pesantren yang mirip dengan klenteng merupakan sebagai simbol inklusifitas agama Islam. Nama *istighfar* mengandung makna untuk mengingatkan kepada setiap orang yang selalu lupa dan berbuat salah setiap hari, sehingga perlu membaca lafad *istighfar* yakni, memohon ampun kepada Allah SWT. Sedangkan, naga raksasa merupakan simbol keangkaramurkaan. Hewan tersebut memakan apa saja termasuk bola api dan sangar perkasa. Melambangkan orang yang mempunyai *power* dan *skill* yang kuat, sehingga lupa dengan Allah, karena menganggap dalam diri manusia yang paling kuat serta menilai orang lain lemah.

Gambaran naga tersebut sengaja dibuat dengan bagian leher kepala naga terpisah dengan badan dan usus terurai keluar. Maksudnya, agar manusia berjalan dengan hati, sehingga dapat lebih bijaksana dalam menyikapi hidup, manusia hidup harus ingat bersadakah dengan sesama manusia, karena sesungguhnya dari rezeki yang mereka terima terdapat sedikit titipan untuk kaum kafur, miskin dan mereka berkewajiban menyampaikan pada mereka.<sup>4</sup> Di tengah patung naga ada tulisan al-Qur'an berbunyi "*Innā ṣalāti wanusukī wamahyāya wamamāti lillāhi rabbil*

---

<sup>4</sup> Observasi di Pondok Pesantren Istigfhar Tombo Ati Semarang diambil pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.30 WIB

*'ā lamin*" yaitu agar manusia selalu ingat pada Tuhan dengan cara mendirikan *ṣalat* yang khusyuk. Dari simbol ini dapat diterjemahkan bahwa Pesantren ini didirikan terutama untuk persinggahan para preman atau orang-orang yang pernah menempuh jalan kesesatan. Dengan kata lain, Pesantren ini diikhtiarkan untuk mengatasi keangkaramurkaan naga.

Keunikan lainnya adalah jika melewati pintu utama ke dalam Pondok Pesantren Istighfar terdapat tulisan wartel akhirat yang tertera di luar dinding mushala, wartel yang dimaksudkan sebagai media komunikasi antara manusia dengan Allah, sedangkan deretan angka yang mirip dengan nomor telepon di belakang merupakan simbolisasi adab komunikasi itu sendiri. Nol adalah simbol dari kekosongan pikiran dari hal yang bersifat ke dunia, adapun angka yang dimaksudkan jumlah rakaat *ṣalat* lima waktu dari *isya'*, *subuh*, *ḡhur*, *ashar*, dan *maghrib*.

Pimpinan Pondok Pesantren Istighfar memang sengaja mengkonsep Pondok dengan kondisi dan suasana yang tidak jauh dari dunia *preman*, sehingga para preman yang menjadi santri tidak merasa asing dan dapat beradaptasi dengan mudah semisal, mushala terpasang sebuah lampu disko. Lampu bundar yang memancarkan cahaya warna-warni itu bukan difungsikan sebagai alat penerangan melainkan sebagai alat peraga yang bertujuan untuk menjelaskan kepada para santri. Lampu disko merupakan gambaran kehidupan yang glamor. Padahal, semua hanya sebagai hiasan, kalau dibuka yang ada di dalam hanya lampu putih yang

melambangkan tujuan akhir yang dicari yaitu kesucian untuk kembali kepada Allah SWT. Dengan lampu itu diharapkan para santri akan lebih banyak tawakkal dalam mengatasi godaan dunia yang fana dan glamor.

Santri yang mengikut acara terapi *zikir* ada sebanyak dua puluh orang, santri yang aktif melakukan pengajian. Secara umum kegiatan yang diselenggarakan di Pondok Pesantren Istigfhar Tombo Ati Semarang dibagi dalam tiga tahapan yaitu, bulanan, mingguan dan harian. Kegiatan bulanan dilaksanakan setiap malam kamis kliwon yaitu *shalat* malam yang mengikuti para santri dan pengurus Pondok. Mingguan, dilaksanakan setiap hari rabu kegiatan ini berupa pembacaan QS Yasin dan tahlil, konsultasi dengan ustad Pondok, mujahadah, dan bacaan *zikir* yang diikuti oleh masyarakat umum, khususnya untuk kegiatan harian diikuti oleh para pasien. Harian seperti, mendapatkan air *do'a* yang ada di Pondok yang dapat ijabah dari Allah lewat Ustad Pondok. Dalam hal ini, semua santri (pasien) sampai pengurus Pondok agar mereka aktif mengikuti pengajian tersebut, dengan harapan akan memperoleh ketenangan jiwa, dan juga untuk memperoleh ilmu yang bermanfaat agar senantiasa dekat dengan Allah SWT. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, “Terapi *Žikir* Di Pondok Pesantren Istigfhar Tombo Ati Semarang Tahun 2015”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana Pengaruh Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015?
2. Bagaimana Pelaksanaan Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015?
3. Bagaimana Metode-metode Terapi *Ẓikir* yang diterapkan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015?

## **C. Tujuan Masalah**

1. Untuk mengetahui pengaruh Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.
2. Untuk mengetahui Pelaksanaan Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.
3. Untuk mengetahui bentuk metode dan merubah akhlak setelah mengikuti Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Dapat tambahan ilmu Terapi *Ẓikir* dari Pondok Pesantren Tombo Ati Semarang Tahun 2015.
2. Dapat mengetahui tingkat penyembuhan setelah mengikuti Terapi *Ẓikir* di Ponpes Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.

3. Dapat mengetahui pengaruh Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.

Adapun manfaat dalam penelitian secara khusus sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritik

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk memberikan, menambah kepustakaan atau sumbangan pemikiran yang berkaitan dengan Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2014

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis adalah mampu menambah ilmu dan wawasan tentang penyembuhan Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.

## **E. Tinjauan Pustaka**

Tinjauan pustaka merupakan informasi dasar dari rujukan yang digunakan dalam penelitian. Hal ini dimaksudkan agar tidak terjadi plagiat dan pengulangan dalam penelitian. Berdasarkan survei yang dilakukan ada beberapa penelitian yang mempunyai relevansi dengan penelitian yang berjudul “Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015”. Adapun penelitian-penelitian tersebut adalah:

*Pertama*, penelitian yang dilakukan Dewi Nurul Fajri, (NIM: 4102148), Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, (2007), dalam penelitiannya tersebut berjudul *Terapi Ẓikir Terhadap Korban Ketergantungan Zat Psikotropika Di Pondok Pesantren Al-Islamy Kalibawang Kulonprogo Yogyakarta*. Tinjauan pada penelitian ini

adalah untuk mendapatkan dan menggambarkan pelaksanaan terapi *zikir* terhadap korban ketergantungan zat psikotropika di Pondok Pesantren Al-Islamy Kalibawang Kulonprogo Yogyakarta. Metode pengumpulan data dalam penelitian adalah library riset dan penelitian lapangan yang meliputi metode observasi, dokumentasi dan wawancara, kemudian data yang diperoleh dan dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Dewi Nurul Fajri yaitu untuk mendapatkan metode atau model Terapi *Žikir* Di Pondok Pesantren Al-Islamy Kalibawang Kulonprogo Yogyakarta dalam guna penyembuhan korban ketergantungan zat psikotropika, supaya tidak ada lagi yang ketergantungan dengan zat psikotropika.<sup>5</sup>

*Kedua*, penelitian yang dilakukan Siswo Ari wibowo, (NIM: 081111011), Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, (2013), dalam penelitian berjudul upaya penyembuhan stres melalui pendekatan *zikir* dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara (Tinjauan Bimbingan Dan Konseling Islam). Tinjauan pada penelitian ini adalah untuk mendapatkan dan menggambarkan pelaksanaan yang berjudul Upaya Penyembuhan Stres Melalui Pendekatan *Žikir* Dan Mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara (Tinjauan Bimbingan Dan

---

<sup>5</sup> Nurul Fajri, *Terapi Žikir Terhadap Korban Ketergantungan Zat Psikotropika Di Pondok Pesantren Al-Islamy Kalibawang Kulonprogo Yogyakarta*, Semarang: Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2005, h. 10



Konseling Islam). Metode pengumpulan data dalam penelitian tersebut adalah library riset dan penelitian lapangan yang meliputi metode observasi, dokumentasi dan wawancara, kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Siswo Ariwibowo yaitu untuk mendapatkan metode atau model *zikir* dalam Upaya Penyembuhan Stres Melalui Pendekatan *Žikir* Dan Mujahadah Di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara supaya orang-orang yang mengalami gangguan stres dalam hidupnya sehari-hari bisa sembuh dan tetap semangat dalam menghadapi kehidupan.<sup>6</sup>

Dalam skripsi lain yaitu, “*Terapi Žikir Bagi Kesehatan Menurut Ustad H. Hariyono*”, yang merupakan hasil penelitian dari Nurul Wahyu Arvitasari, disebutkan bahwa *zikir* dapat menjadi salah satu metode penyembuhan, karena dalam pandangan Ustad H. Hariyono kebanyakan pasien mengalami sakit baik fisik maupun mental disebabkan oleh dosa-dosa yang mereka lakukan dan sangat sedikit dalam mengingat Allah SWT. Dengan *zikir* yang disertai *Tawakkal* serta *Ikhtiar* merupakan gambaran jiwa yang tenang, sehingga menekankan kemungkinan timbul berbagai penyakit yang secara umum dipicu oleh endapan racun dalam tubuh dan membantu menjaga keseimbangan

---

<sup>6</sup> Siswo Ari Wibowo, *Upaya Penyembuhan Stres Melalui Pendekatan Žikir Dan Mujahadah Di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara (Tinjauan Bimbingan Dan Konseling Islam)*, Semarang: Fakultas Dakwah UIN Walisongo, 2013, h. 12

sirkulasi darah yang mendukung kinerja dalam seluruh organ tubuh manusia. Kondisi tersebut akan memberikan efek kekebalan tubuh meningkatkan, sehingga tidak mudah jatuh sakit atau mempercepat proses penyembuhan.<sup>7</sup>

## **F. Metode Penulisan Skripsi**

### **1. Objek Penelitian dan Jenis Penelitian**

Objek dalam penelitian adalah aktifitas yang dilakukan jama'ah Terapi *Ẓikīr* Di Pondok Pesantren Istiqhfar Tombo Ati Semarang sebagai upaya segala aspek penyembuhan psikis dan aspek merubah akhlak.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah jama'ah Terapi *Ẓikīr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang sebanyak dua puluh orang, di Pondok, saya mengambil sampel 25% dari dua puluh orang santri. Dengan demikian, jumlah sampelnya ada enam responden dengan perincian satu ustad pondok dan lima santri Pondok pengambilan sampel tersebut dalam bentuk proposif berdasarkan pendapat Suharsimi Arikunto, bahwa “apabila subyeknya kurang dari seratus, lebih baik diambil semua,

---

<sup>7</sup> Nurul Wahyu Arvitasari, “*Terapi Ẓikīr Bagi Kesehatan Menurut Ustad H. Hariyono*”, Semarang: Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2008, h. 15

sedangkan jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10-15% dan atau 20-25 % atau lebih”.<sup>8</sup>

Jenis penelitian ini termasuk penelitian deskriptif kualitatif, karena mendeskripsikan dan menganalisis aktifitas di lapangan, melalui data yang diperoleh di lapangan, yaitu Terapi *Āikīr* di Pondok Istighfar Tombo Ati Semarang. Jenis-jenis penelitian deskriptif umumnya, terdiri dari berbagai jenis yaitu: studi kasus, survei, analisis dokumen, dll.<sup>9</sup> Penelitian kualitatif yang menggunakan jenis studi kasus guna untuk memberikan uraian dan penjelasan secara komprehensif mengenai berbagai aspek seorang individu, suatu kelompok, suatu organisasi komunitas, suatu program, atau suatu situasi sosial.<sup>10</sup> Penelitian studi kasus berupaya menelaah sebanyak mungkin data mengenai subjek yang diteliti.

## 2. Pendekatan Penelitian

Berkaitan dengan judul yang diangkat, maka diperlukan adanya pendekatan-pendekatan yang diharapkan mampu memberikan pemahaman yang mendalam dan komprehensif, dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan *fenomenologi psikologi* sebagai paradigma untuk

---

<sup>8</sup> Suharsimi Arikunto, *Metode Penelitian Suatu pendekatan Praktek*, Edisi Revisi, Jakarta: Rineka Cipta, 1998, h. 107

<sup>9</sup> Consuelo G. Sevilla, dkk, *Terjemah. Alimudin Tuwu, “Pengantar Metode Penelitian”*, Jakarta: UI Press, 1993, h. 73

<sup>10</sup> Mulyana, Deddy, *Metode Penelitian Kualitatif, Paradigma Baru Ilmu Komunikasi & Sosial Lainnya*, Bandung: PT Rosda Karya, 2006, h. 201

memahami aktivitas terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istigfhar Tombo Ati Semarang Tahun 2015, dengan pendekatan *fenomenologi psikologi* diharapkan mampu memberikan pandangan tentang metode terapi *zikir* yang ada di Pondok Pesantren Istigfhar Tombo Ati Semarang yang dilakukan untuk perubahan tingkah laku atau sikap mental psikologis. Penulis menggunakan pendekatan *fenomenologi psikologi* dalam melakukan penelitiannya, karena *fenomenologi psikologi* mempunyai titik perhatian kepada pengetahuan tentang tingkat kesembuhan manusia. Pengetahuan yang mengajak mendalami dan memahami segala tingkah laku manusia dalam kehidupan melalui latar belakang kehidupan psikologis. Tingkah laku manusia merupakan fenomena (gejala) dari keadaan psikologis yang terlahirkan dalam rangka usaha memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan.<sup>11</sup>

### 3. Sumber data

Sumber Data adalah semua keterangan seseorang yang dijadikan informan maupun yang berasal dari dokumen-dokumen baik dalam bentuk statistik atau dalam bentuk lainnya guna keperluan penelitian dimaksud.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Henry Misiak, dkk, *Psikologi Fenomenologi, Fenomenologi, Eksistensial, dan Humanistik (Suatu Survei Histori)*, Bandung: PT. Refika Aditama, 2005, h. 19

<sup>12</sup> Joko subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991, h. 87

Dalam pengumpulan data penelitian ini penulis menggunakan sumber data meliputi data primer dan sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang dapat memberikan data penelitian secara langsung. Dalam hal ini, yang digunakan sebagai sumber data primer adalah ustad dan pasien (santri) Pondok Pesantren Istiqhfar Tombo Ati Semarang.

b. Sumber Data sekunder

Sumber sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya.<sup>13</sup> Dalam hal ini yang digunakan sebagai sumber data sekunder adalah buku-buku. Sumber data sekunder biasanya berwujud data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia. Data sekunder ini sebagai data pelengkap dari data primer.

4. Teknik Pengumpulan Data

Untuk melakukan Field Research atau penelitian lapangan peneliti melakukan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada

---

<sup>13</sup> Syaifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998, h. 91

obyek penelitian. Observasi yang penulis lakukan ialah observasi secara langsung (*Participant Observation*) yaitu peneliti mengamati dan ikut ambil bagian secara langsung dalam situasi yang diteliti.<sup>14</sup> Peneliti ikut ambil bagian secara langsung dalam pelaksanaan pengajian Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang.

b. Wawancara

Wawancara atau interview adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai memberikan jawaban atas pertanyaan yang diberikan kepadanya.<sup>15</sup> Metode yang digunakan penulis untuk memperoleh data melalui wawancara secara langsung.

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel berupa transkrip buku, foto, dan angket pertanyaan dan sebagainya.<sup>16</sup> Dokumentasi yang digunakan untuk memperoleh data-data dan struktur organisasi, fasilitas, kegiatan serta

---

<sup>14</sup> Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009, h. 186

<sup>15</sup> Lexy Moleong, *Ibid.*, h. 285

<sup>16</sup> Lexy Moleong, *Ibid.*, h. 300

dokumen lain yang ada di Pondok Istiqhfar Tombo Ati Semarang yang erat kaitannya dengan proses penelitian.

#### 5. Teknik analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif. Analisis deskriptif kualitatif bertujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik bidang-bidang tertentu, secara faktual dan cermat dengan menggambarkan keadaan atau struktur fenomena. Peneliti mendeskripsikan data yang telah diperoleh dari hasil observasi, wawancara serta dokumentasi yang menyangkut zikir dan penyembuhan para jamaah (Santri) pengajian Di Pondok Pesantren Istiqhfar Tombo Ati Semarang, kemudian dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif.

### **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan ini terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian muka, bagian isi dan bagian akhir.

#### 1. Bagian Muka

Pada bagian ini memuat halaman judul, abstrak penelitian, persetujuan pembimbing, pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, dan daftar lampiran.

#### 2. Bagian Isi

Bagian isi terdiri dari beberapa bab, yang masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab dengan susunan sebagai berikut:

## Bab I Pendahuluan

Pada bab ini memaparkan tentang latar belakang masalah, pokok permasalahan, tujuan penulisan skripsi, tinjauan pustaka, metode penulisan skripsi, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II Terapi *Žikir* dalam bab ini diuraikan mengenai Terapi *Žikir* yang meliputi pengertian Terapi *Žikir*, Etika *Beržikir*, Macam-macam Terapi *Žikir*, Manfaat dan Tujuan Faktor Pendukung dan Penghambat, dan *Žikir* sebagai pendamping pengobatan medis.

Kemudian, Pada Bab III Mengenai Deskripsi Dan Aktivitas Terapi *Žikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015.

Dalam bab ini diuraikan mengenai deskripsi Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati yaitu letak geografis, sejarah dan perkembangan, tujuan dan alasan di dirikan, struktur organisasi, program kerja, fasilitas perlengkapan, dan ciri Khas Bangunan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati. Sedangkan, aktivitas terapi *žikir* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang yaitu: Pelaksanaan pengajian terapi *žikir* (Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Pengajian *žikir*), metode *žikir* yang diajarkan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati, materi *žikir* dalam pengajian di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati, dan manfaat *žikir* sebagai



penyembuhan atau terapi di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.

Pada Bab IV Mengenai Manfaat, Faktor, Dan Pengaruh Terapi *Ẓikir* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang.

Dalam bab ini diuraikan mengenai hasil analisis yang berisi tujuan dan manfaat, faktor penghambat dan faktor pendukung, dan pengaruh terapi *ẓikir* dalam tinjauan pengobatan medis Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015

Terakhir Bab V Mengenai Penutup

Bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran-saran

3. Bagian akhir skripsi berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran

## BAB II

### TERAPI *ẒIKIR*

#### A. Pengertian Terapi *Ẓikīr*

Menurut kamus besar bahasa Indonesia, terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit.<sup>1</sup> Terapi merupakan serangkaian gerak fisik yang dilakukan di dalam usaha penyembuhan. Dalam spiritual terapi digunakan sebagai penyembuhan terhadap orang-orang sakit. Penyembuhan dengan menggunakan ayat-ayat al-Qur'an yang didasarkan dari Allah untuk penyembuhan. Masyarakat kebanyakan condong dalam penyembuhan yang berbau keagamaan maupun di tempat Pondok Pesantren. Contoh: terapi *ẓikīr* di Pondok Istigfhar Tombok Ati Semarang yang digunakan untuk penyembuhan penyakit psikis dan segala penyakit maupun merubah akhlak.

Secara etimologi *ẓikīr* berasal dari bahasa arab, yaitu *ẓakara*, *yazkuru*, *ẓikr* (ذَكَرَ, يَذْكُرُ, ذِكْرًا) yang berarti menyebut, mengagungkan, dan mengingat.<sup>2</sup> Kata *ẓikīr* bisa juga berarti menuturkan, mengingat, menjaga dan perbuatan baik.<sup>3</sup> *Ẓikīr* dalam pengertian adalah mengingat Allah, *ẓikīr* sebaiknya dilakukan baik secara lisan maupun dalam hati, berarti kegiatan apapun yang

---

<sup>1</sup> Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Edisi ketiga*, Jakarta: Balai Pustaka, 2005, h. 1180

<sup>2</sup> Baidi Bukhori, *Ẓikīr al-Asma' al-Husna: Solusi Atas Problem Agresivitas Remaja*, Semarang: Rasail, 2008, h. 50

<sup>3</sup> Abdul Aziz Dahlan, *Ensiklopedi Hukum Islam*, Jilid 6, cet-5, Jakarta: PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, 2001, h. 2016

dilakukan oleh seorang muslim sebaiknya jangan sampai melupakan Allah SWT. Dimanapun, seorang muslim berada selalu ingat Allah, sehingga akan menimbulkan cinta beramal saleh di jalan Allah dan malu berbuat dosa kepada Allah SWT.

Sedangkan, *zikir* dalam arti menyebut nama Allah yang diamalkan secara rutin disebut wirid, *zikir* termasuk ibadah *maḥḍah* yaitu ibadah langsung kepada Allah. Contoh: *ṣalat* fardlu lima waktu, yaitu *zuḥur*, *asar*, *maghrib*, *isya'*, dan *ṣubuh*. Sedangkan, ibadah *ghairu maḥḍah* adalah ibadah yang terkait dengan hubungan (*horizontal*) antara sesama manusia yang sifat sunnah. Contoh: *sedekah* dan *infaq*. *Ẓikir* adalah perwujudan dari ibadah langsung kepada Allah, maka harus *ma'tsur* berarti ada perintah yang diajarkan Nabi saw.

*Ẓikir* menurut terminologi (istilah) antara lain:

*Pertama*, menurut Aboe Bakar Atjeh, *zikir* adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah, mengingat Tuhan dengan hati, ucapan maupun ingatan yang mensucikan Tuhan dan membersihkan dari sifat-sifat, kemudian memuji dengan pujipujian dan sanjung-sanjungan dengan sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>4</sup>

*Kedua*, menurut Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqi, *Ẓikir* adalah menyebut Allah dengan membaca *tasbih* (*subḥānāllāh*), membaca *taḥlil* (*lāilahaiḥallāh*), membaca *taḥmid*

---

<sup>4</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tharekat*, Solo: Ramadhani, 1992, h. 276

(*alḥamdulillāh*) membaca *taqdies* (*quddūsun*), membaca *takbir* (*Allāhu Akbar*), membaca *hauqalah* (*lā ḥaula wa lā quwata illā billāhi*) membaca *hasbalah* (*ḥasbiyallāhu*), membaca *basmalah* (*bismillāhirrahmānirrahīm*), membaca al-Qur'anul Majied dan membaca *do'a-do'a* yang *ma'tsur*, yaitu *do'a-do'a* yang diterima dari Nabi saw.<sup>5</sup>

*Ketiga*, menurut Amin Syukur dan Fatimah Usmani, *zikir* adalah perilaku yang diperlihatkan seseorang dalam bentuk duduk dan sambil berkamat-kamit. Al-Qur'an memberikan petunjuk, bahwa *zikir* itu bukan hanya berkamat-kamit yang ditampilkan saja, tetapi *zikir* lebih dari itu. *Žikir* bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif.<sup>6</sup>

Namun, pengertian *zikir* yang menjadi kajian dalam pembahasan ini merupakan sebagaimana yang dijelaskan dalam hadis-hadis Nabi tentang *zikir*, yang mencakup *do'a*, mengucapkan *Asma'ul Ḥusna*, membaca al-Qur'an, *tasbih* (mensucikan Allah), *tahmid* (memuji Allah), *takbir* (mengagungkan Allah), *tahlil* (membaca bacaan yang meng-Esakan Allah), *istighfar* (memohon ampun kepada Allah), *hauqalah* (membaca *lā ḥaula wa lā quwata illā billāhi*). *Žikir* juga menyatu dengan ibadah yang lain, seperti *ṣalat*, *tawaf*, *sa'i*, *wukuf* dan lain-lain. Di samping itu *ṣalat* dapat juga disebut *zikir*, karena dalam

---

<sup>5</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Doa*, Semarang: Pustaka Rizqi Putra, 1997, h. 36

<sup>6</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil (Paket Pelatihan Seni Menata Hati)*, Semarang: CV. Bima Sejati, 2006, h. 29

*ṣalat* unsur “Ingat” terasa dominan sekali.<sup>7</sup> Dengan demikian, terlalu sempit jika pengertian *zikir* hanya sebagai wacana mewiridkan bacaan-bacaan dan sambil duduk berjam-jam. Idealnya antara *zikir*, *do’a*, dan *ṣalat*, merupakan kesatuan yang utuh dalam pengertian bentuk komunikasi antara manusia dengan Tuhan (*ḥablumminallāh*). Hanya saja, sebagai amalan ibadah *ṣalat* berbeda dengan *do’a* dan *zikir*, karena masing-masing mempunyai tata cara tersendiri. Namun, dapat dirangkaikan diantara ketiganya.

Pengertian *zikir* dalam (QS. al-Aḥzab 41-42) yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً  
وَأَصِيلًا (الأحزاب: ٤١-٤٢)

“Hai orang-orang yang beriman, kita dianjurkan banyak ber*zikir* (dengan menyebut nama Allah), *zikir* yang sebanyak-banyaknya. Dan bertabirlah diwaktu pagi dan petang”.<sup>8</sup> (QS. Al-Aḥzab/ 41-42)

M. Quraish Shihab berpendapat bahwa pada ayat di atas mengandung pengertian *ṣalat*, dan beliau pun juga mengungkapkan bahwa makna *zikir* yang paling jelas disebut *ṣalat*. Namun, makna *zikir* tidak hanya terbatas pada *ṣalat*, karena setiap aktifitas yang dapat mengingatkan seseorang tentang

---

<sup>7</sup> M. Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2003, h. 21

<sup>8</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1984, h. 675

kehadiran dan kebesaran Allah disebut *zikir*.<sup>9</sup> Dan alasan lain *zikir* berarti *ṣalat*, karena dalam diri *ṣalat* terdapat ikrar untuk mengingat Allah, sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah (QS. Ṭhāhā / 20:14):

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي  
(طه : ١٤)

"Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang haq) selain Aku, maka sembahlah Aku dan dirikanlah *ṣalat* untuk mengingat Aku". (QS. Ṭhāhā / 20:14)<sup>10</sup>

Kemudian, pengertian *ṣalat* dan *do'a* sama dengan *zikir* yang diperoleh dari pemahaman hadits yang diriwayatkan oleh Mu'adz bin jabal, bahwa beliau berkata: "*Tidak ada sesuatu amal manusia yang dapat lebih menyelamatkannya dari siksaan Allah daripada zikir kepada Allah SWT.*" Ada yang menanyakan kepadanya: "*Dan bukan berjuang pada jalan Allah?*" Mu'adz menjawab: "*Dan (ketahuilah) mengingat Allah (ṣalat) itu lebih besar (keutamaannya dari ibadah lainnya).*"

Pendapat lain mengenai *zikir* yang diriwayatkan dari al-Hasan bin al-Bisri, dimana beliau berkata: "Ketika dia bertanya kepada Nabi saw, "Amal apakah yang paling utama?" Ya Nabi, Beliau menjawab:

---

<sup>9</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Misbah*, Volume 11, Jakarta; Lentera Hati, 2003, h. 13-22

<sup>10</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, 1984, h. 477

ان تموت ولس نك رطب بذكر الله

“Kamu mati, sedangkan lisanmu basah dengan *zikir* kepada Allah SWT.” (HR. Muslim)<sup>11</sup>

Ditinjau dari segi makna yang terkandung dalam pengertian *zikir*, *zikir* mempunyai makna suatu kegiatan untuk mengingat dengan menghadirkan hati, lisan maupun tindakan. Bacaan *zikir* mengandung arti bahwa orang yang berzikir akan selalu melakukan apa saja yang diperintahkan oleh Allah dan meninggalkan yang dilarang-Nya, karena esensi (*hakikat*) dari *zikir* adalah ketaqwaan kepada Allah SWT. Taqwa ini yang merupakan puncak dari *zikrullah*.

Dari beberapa pengertian, maka dapat disimpulkan bahwa *zikir* adalah pernyataan terima kasih kepada Allah dalam bentuk pengagungan asma Allah, baik dengan getaran hati maupun lisan dimanifestasikan untuk mendekatkan diri kepada Allah, kemudian diimplikasikan terhadap perilaku dengan bentuk ketaatan (*taqwa*).

## B. Etika Berzikir

Dalam melakukan *zikir* kepada Allah ada beberapa etika yang patut diperhatikan. *Pertama*, melakukan *zikir* di tempat yang sunyi dan bersih agar lebih memuliakan *zikir* di Masjid atau tempat-tempat yang mulia lainnya. *Kedua*, mulut harus bersih dan

---

<sup>11</sup> Abu Laits As Samarqanti, *Terjemah Tanbihul Ghafilin (Peringatan Bagi Orang-Orang Yang Lupa)*. Diterjemahkan oleh Muslich Shabir, Semarang: PT. Toha Putra, 2005, h. 106

suci dari segala macam kotoran dan najis. Apabila bau mulut sudah berubah, maka harus dibersihkan dengan *siwak* atau pasta gigi. Dan jika mulut mengandung najis, maka najis tersebut harus dihilangkan dengan membasuh pakai air. Tetapi jika tidak dihilangkan, maka hukumnya makruh atau tidak haram. Selain itu, pakaian yang dikenakan juga harus bersih suci pada umumnya. Orang yang berzikir biasanya mengenakan pakaian serba putih yang melambangkan kesucian.<sup>12</sup>

Menurut Aboe Bakar Atjeh menjelaskan bahwa ada beberapa adab dalam berzikir yang perlu diperhatikan, baik secara *ẓahir* maupun batin. Diantaranya, orang yang berzikir: 1) berpakaian bersih; 2) berbadan suci; 3) memakai parfum; 4) dapat menyegarkan dalam diri dalam beramal; 5) menghadap kiblat; 6) mengkosentrasikan seluruh pikirannya hanya untuk berzikir; 7) khusyuk; 8) mengikuti makna kata-kata yang diucapkan.<sup>13</sup>

Ayat- ayat al-Qur'an yang menjelaskan sebagian waktu-waktu tersebut adalah:

وَاذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴿٢٥﴾ وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ

لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا (الأنسان: ٢٥-٢٦)

*"Dan sebutlah nama Tuhanmu pada (waktu pagi dan petang).*

*"Dan pada sebagian dari malam, maka sujudlah kepada-Nya dan*

---

<sup>12</sup> In'amuzzahidin Masyhudi, *Berzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, h. 10

<sup>13</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Ibid.*, h. 283



*bertasbihlah kepada-Nya pada bagian yang panjang di malam hari*” (QS. Al-Insān/ 76: 25-26)<sup>14</sup>

Imam Nawawi menerangkan bahwa menurut ijma ulama orang yang berhadats kecil dan besar, seperti: junub, haid, dan nifas dibolehkan berzikir dengan hati atau dengan lidah. Begitu juga orang itu dibolehkan bertasbih, bertahlil, bertahmid, bertakbir, bershalawat kepada Nabi Muhammad saw, dan berdo’a.<sup>15</sup>

Sedangkan, *zikir* yang berasal dari al-Qur’an, juga diperbolehkan bagi mereka yang sedang junub atau haid, seperti: membaca *tarji* (*innā lillāhi wa innā ilayhi rājiūn*); *do’a* untuk naik kendaraan (*subhānalladzi sakhkharalanā hadzā wa ma kunna lahu muqrinān*); atau berdo’a (*rabbanā ātinā fiddunyā ḥasanah wa fil ‘āakhirati ḥasanah wa qinā adzāban nār*) atau mengucapkan *bismillāhi wal ḥamdulillāh*; dengan syarat tidak bermaksud membaca ayat-ayat al-Qur’an.

*Zikir* merupakan peribadatan hati dan lisan yang tidak dibatasi waktu, karena *zikir* pada dasarnya tidak terikat dengan ruang dan waktu, kapan dan dimanapun dapat dilakukan bahkan dalam situasi dan kondisi bagaimanapun. Allah berfirman (QS. Al Aḥzab/ 33: 42).:

---

<sup>14</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, Yayasan Penyelenggara Al-Qur’an, Jakarta 1984, h. 1005

<sup>15</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Ibid.*, h. 283

وَسَبِّحْهُ بُكْرَةً وَأَصِيلاً (الأحزاب: ٤٢)

“Dan bertasbihlah kepada-Nya di waktu pagi dan petang”. (QS. Al Ahzab/ 33: 42).<sup>16</sup>

*Ẓikīr* dapat diamalkan dalam segala situasi dan kondisi yang menunjukkan dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun, akan tetapi sebagai kesempurnaan *ẓikīr* baik dilaksanakan di tempat-tempat tertentu. Imam Nawawi berpendapat bahwa di tempat yang sepi dan bersih adalah tempat yang lebih utama dalam menghormati *ẓikīr*, karena melakukan *ẓikīr* di dalam masjid dan tempat-tempat yang terhormat merupakan perbuatan yang terpuji.

### C. Macam-Macam *Ẓikīr*

*Ẓikīr* merupakan aktivitas religius penting bagi para sufi, dalam mengembangkan diri agar berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Dalam tasawuf tahapan-tahapan (*maqamat*) seseorang dapat menempuh jalan sufi (*salik*) harus melewati *maqam*, *ẓikīr* sarana untuk mencapai *ma'rifatullah*. *Ẓikīr* tidak hanya untuk ucapan-ucapan suci yang dikeluarkan dari mulut tanpa penghayatan sama sekali, tetapi harus dilakukan dengan penuh khushyuk dalam melantunkan bait-bait *ẓikīr* untuk menuju kehadiran Allah SWT.

---

<sup>16</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggara Al-Qur'an, 1984, h. 674

Pada dasarnya, *zikir* tidak terikat pada waktu, tempat maupun jumlah bilangan tertentu, karena sebenarnya *zikir* merupakan pekerjaan hati untuk selalu ingat dan menyadari kehadiran Allah SWT. Hal senada dikatakan oleh Trimingham, yang mengatakan *zikir* dengan, “ *Recollection, a spiritual exercise designed to render God ’s presence out one’s being. The method employed (rhythmical repetitive invocation of God name) to attain this spiritual concentration*”. Maksudnya, suatu latihan spiritual yang bertujuan untuk menyatakan adanya kehadiran Tuhan atau metode yang dipergunakan untuk mencapai konsentrasi spiritual (dengan menyebut nama Tuhan secara ritmik dan secara berulang-ulang).<sup>17</sup>

*Ẓikīr* dalam penghayatan asma-asma Allah dapat mempengaruhi dari sisi kerohanian seseorang yang menjadi lebih positif, karena dengan kalimat-kalimat yang diucapkan berulang kali, maka esensi dari kalimat itu sendiri akan mempengaruhi orang yang ber*ẓikīr* (sang *ẓakīr*).

Dzu Al-Nun Al-Mishri menegaskan seseorang yang benar-benar *zikir* kepada Allah tidak akan lupa segala sesuatu, melainkan ber*ẓikīr* kepada Allah, Allah akan selalu melindungi seseorang dari segala sesuatu, dan Allah akan memberi gantinya dari segala sesuatu.

---

<sup>17</sup> M. Afif Ansori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003, h. 17

Profesor Agha menggambarkan, *zikir* sebagai langkah pertama bagi *salik* dalam menempuh perjalanan cinta. Ketika mereka mencintai seseorang, maka terus-menerus berfikir tentang dia, mengingat dia, dan berkali-kali menyebut namanya. Diantara para sufi pada umumnya mengulang-ulang bacaan *zikir* seperti, *Lā Ilāha Illa Allāh* (tiada ada Tuhan selain Allah).<sup>18</sup>

Sejalan dengan pemahaman di atas, kaum *Arifin* (ahli *makrifat*) menyatakan bahwa *zikir* mempunyai empat macam. *Pertama*, *zikir* dengan lisan atau *zikir jahr* yaitu *zikir* yang disuarakan dengan tekanan keras disertai bacaan *Lā Ilāha Illa Allāh*.<sup>19</sup> Tujuan *zikir* untuk menekan suara yang keras dimaksudkan agar hentakan suara *zikir* yang kuat, sehingga akan memancarkan “*nur zikir*” dalam jiwa sang *zakir*. *zikir* yang dilakukan secara istiqamah nantinya akan menjadi ruh dalam diri seseorang dan mendarah daging dalam pancaran *Illāhi*.

Para ulama tasawuf telah memberikan kriteria dalam berzikir *jahr*, seperti: yang dikatakan: “*Telah berkata para ulama: Syarat-syarat para ulama berzikir ada tiga, 1. Dengan ucapan yang panjang dan mantap, 2 Dengan suara yang kuat, 3 Dengan pukulan yang tepat*”.<sup>20</sup> *Zikir Jahr* merupakan tingkat yang paling dasar bagi orang-orang awam.

---

<sup>18</sup> R.N.L.O’riodan, *Seni Penyembuhan Alami*, terj. Sulaiman Al-Kumayi, Bekasi: Gugus press, 2002, h. 112

<sup>19</sup> M. Afif Ansori, *Ibid.*, h. 38

<sup>20</sup> M. Afif Anshori, *Ibid.*, h. 40

Bentuk *zikir* yang kedua, berupa *zikir khafi* (*samar*). *Ẓikir khafi* juga dinamakan *zikir isbat* yaitu cara *zikir* dengan menetapkan (*itsbat*) dan hanya Allah yang patut disembah, seperti: membaca kalimat *illallāh*. Para ulama tharekat mendasarkan *zikir* ini dijelaskan dalam firman Allah (QS. Al-A'rāf/ 7: 205):

وَأَذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ  
الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ الْغَافِلِينَ (الأعراف:  
٢٠٥)

“Dan menyebut (nama) Tuhan dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai”. (QS. Al-A'rāf/ 7: 205).<sup>21</sup>

*Ẓikir khafi* dilakukan dengan mulut berzikir dan diikuti dengan hati, kemudian lidah berzikir sendiri sampai lancar dan diikuti akal pikiran dengan penuh penghayatan, sehingga *nur illāhi* masuk ke dalam hati dan ingat semata-mata hanya Allah serta pada akhirnya terjadi penyatuan seakan-akan dipenuhi oleh *zikir* (*lafadz ismudzat*).

Bentuk *zikir* yang ketiga, berupa *zikir jali* yakni, suatu perbuatan mengingat Allah dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti menuntut gerak hati, misalnya dengan membaca *tahlil, tasbih, takbir*, membaca al-Qur'an atau *do'a* lainnya. *Ẓikir*

---

<sup>21</sup> Departemen Agama, RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggara Al-Qur'an, , 1984,, h. 256

*jali* sifatnya *muqayyad* (terikat) dengan waktu, tempat atau amalan lain dan *zikir* yang sifatnya mutlak atau tidak terikat dengan waktu dan tempat.

Bentuk *zikir* yang *keempat*, berupa *zikir hakiki* pada tingkat *zikir* ini yang paling tinggi yakni, *zikir* yang dilakukan oleh seluruh jiwa dan raga, lahiriyah maupun batiniyah. Untuk mencapai *zikir hakiki* dilakukan dengan latihan-latihan dari mulai tingkat *zikir jali* dan *zikir khafi*.

Al Habib Alwi bin Ahmad bin Al Hasan bin Abdullah bin Alwi Al Haddad menyebutkan macam–macam *zikir* sebagai berikut:

1. *Žikir Lisan* (*žikrul huruf* tanpa kehadiran hati)
2. *Žikir Hudhur* (*žikir* dengan penuh hati dan penuh pikiran tempatnya di dalam hati, oleh karena itu disebut juga dengan *žikrul qulub*).
3. *Žikir Sirr* atau *Žikir Khafi* (*žikir* diam–diam atau tersembunyi) yaitu *žikir* yang menyebut atau mengingat yang ghaib tanpa mengucapkan.
4. *Žikir Dhahir* adalah yang datang melalui gerakan-gerakan badan.
5. *Žikir Batin* adalah yang datang melalui gerakan hati.
6. *Žikir Israr* (berita ghaib) datang melalui ketenangan jiwa dan raga).

7. *Ẓikir Aql* (akal pikiran) datang melalui fana, hingga seorang hamba menjadi tenang karena Allah.<sup>22</sup>

M. Arifin Ilham meringkas macam-macam *ẓikir* di atas menjadi empat bagian, yakni: 1) *Ẓikir* lisan (ucapan), 2) *Ẓikir qalbiyah* (merasakan kehadiran Allah), 3) *Ẓikir aqliyah* (kemampuan menangkap bahasa Allah disetiap gerak alam), dan 4) *Ẓikir amaliyah*, yakni yang dimaksudkan taqwa. *Ẓikir* yang menurut beliau yang paling tinggi tingkatannya.<sup>23</sup>

Kemudian, menurut Ibnu Atha'illah as-Sakandari membagi *ẓikir* menjadi tiga bagian yaitu *ẓikir jali* (nyata, jelas), *ẓikir khafi* (samar-samar), *ẓikir haqiqi* (*ẓikir* yang tinggi). *Ẓikir jali* adalah suatu perbuatan mengingat Allah dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur, dan *do'a* kepada Allah, serta lebih menampilkan suara yang jelas dalam menuntun gerak hati. *Ẓikir khafi* adalah *ẓikir* yang dilakukan secara khususyuk'ingat dalam hati, baik disertai *ẓikir* lisan maupun tidak. Sedangkan, *ẓikir haqiqi* adalah tingkat *ẓikir* yang paling tinggi yang dilakukan oleh seluruh jiwa raga manusia lahiriyah maupun batiniyah<sup>24</sup>

---

<sup>22</sup> Al Habib Alwi bin Ahmad, *Syarah Ratib Al Haddad*, (Penerjemah: H.M. Al-Hamid Al Husaini), Bandung; Pustaka Hidayah, 2000, h. 254

<sup>23</sup> M. Arifin Ilham, *Renungan –Renungan Ẓikir*, cet, Jakarta: Intuisi Press, 2004, h. 26

<sup>24</sup> Amin Syukur, *Sufi Healing (Terapi Literatur Tasawuf)*, Semarang: IAIN Walisongo, 2010, h. 86

Menurut Amin Syukur, ada beberapa macam cara berzikir kepada Allah, yaitu: *zikir jahr* (suara keras), *zikir sir* (suara hati), *zikir ruh* (suara ruh/ sikap zikir), *zikir fi'ly* (aktivitas), *zikir* afirmasi dan *zikir* pernafasan. *Zikir* model ini yang banyak digunakan dan bermanfaat untuk penyembuhan penyakit fisik.<sup>25</sup>

Dari uraian di atas dapat dimengerti bahwa *zikir* memegang peranan penting dalam proses “penyucian jiwa” (*tazkiyat al-nafs*). Dengan jiwa yang bersih, maka *hijab* yang menghalangi hati untuk bermakrifatullāh akan terbuka, sehingga rahasia *Lauhul Mahfūd* akan tersingkap. Apabila keadaan seseorang menyatu dengan Allah, maka *zikir* mereka penuh cinta yang kuat dengan segala bentuk aktivitas apapun tidak akan mengganggu dari *zikir* kepada Allah, baik *zikir* dengan hati maupun lisan.

Jadi, bagi orang yang ingin menjaga segala kesucian jiwa dan memperkuat iman hendaknya dia harus berusaha melafadkan *zikirnya*, ketika *zikir* sudah terucap secara kontinu dibibir, maka akan timbul refleksi dalam diri seseorang. Sejalan dengan itu getaran jantung akan mengiringi irama, hingga terpancar keseluruh tubuh, kemudian seseorang akan mampu menginternalisasi asma-asma Allah dalam diri, sehingga pada akhirnya dapat mempengaruhi sikap, pemikiran, ucapan, dan tindakan seseorang secara lebih religius berdasarkan sandaran kepada Allah SWT.

---

<sup>25</sup> Amin Syukur, *Ibid.*, h. 86



Dari sekian pendapat mengenai macam-macam *zikir* yang telah dijelaskan, dapat di simpulkan terdapat empat bentuk *zikir* secara global yaitu: 1) *Ẓikir* lisan (dengan ucapan tanpa disertai dengan *kalbu* atau getaran hati), 2) *Ẓikir khafī* biasanya *zikir* disertai dengan suara dan tidak terlalu nyaring, namun bersamaan dengan getaran hati, 3) *Ẓikir hakiki*, yaitu *Ẓikir* yang dilakukan oleh seluruh jiwa raga, dan terealisasikan ke dalam perilaku, hingga mencapai tingkat tertinggi yaitu ketaqwaan.

#### **D. Tujuan dan Manfaat *Ẓikir***

*Ẓikir* adalah ruh (*spirit*) dari perbuatan yang baik, sehingga tatkala perbuatan tidak disertai *zikir*, maka dia seperti laksana tubuh yang tidak mempunyai ruh.<sup>26</sup> Hal ini dijelaskan dalam hadits Nabi saw:

محمد بن العلاء حد ثنا ابواسامة عن بر يد بن عبد الله عن ابي  
هريرة عن ابي موسى رضي الله عنه قال, قال النبي صلي  
الله عليه وسلم مثل الذي يذكركم به والذي لا يذكركم  
الحى والميت (رواه بوكر)

"Muhammad bin A'la telah menceritakan kepada kita Abu Usmah dari Buraid bin Abdillah dari Abi Burdah dari Musa r.a berkata, Nabi saw. berkata: "Perumpamaan orang yang berzikir kepada Tuhannya dengan orang yang tidak berzikir

---

<sup>26</sup> Ustadzah Nisywah, *Rahasia Istighfar dan Tasbih*, Jakarta PT AlMawardi Prima, 2002, h. 8

*adalah laksana orang yang hidup dengan orang yang mati”.*<sup>27</sup>  
(HR. Bukhori).

Dan jika seorang hamba memperbanyak *zikir* kepada Allah baik dalam kesendirian maupun saat bersama orang banyak, maka *zikir* yang berasal dari lubuk hati terpenuhi dengan keimanan terhadap hari akhir. Niscaya *zikir* tersebut akan menjadi bukti bahwa dia adalah seorang hamba mukmin yang senantiasa mendekatkan diri kepada Allah dan untuk mencapai keridhaan-Nya.

Di samping untuk memperoleh keridhaan dan memperoleh derajat yang tinggi di sisi Allah. Tujuan utama *zikir* adalah untuk senantiasa bisa secara terus-menerus berhubungan langsung dengan Allah SWT. Dengan begitu, maka dalam keadaan bagaimanapun mereka akan sadar dan selalu diperhatikan oleh-Nya. Para sufi menyebutkan bahwa *zikir* adalah *maqam* (stasiun) dimana orang-orang yang telah mencapai *Ihsan*.<sup>28</sup> Makna *ihsan* dapat dijelaskan dalam hadits:

حَدَّثَنِي أَبِي عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: فَاخْبِرْنِي عَنِ الْإِحْسَانِ قَالَ: أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ يَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ (رواه مسلم)<sup>29</sup>

---

<sup>27</sup> Imam Abi Abdillah Muhammad bin Ismail bin Ibrahim, *Shahih Al Bukhari*, Juz 7, Beirut: Dar Al Fikr, t. th, 1998, h. 168

<sup>28</sup> M. Arifin Ilham, *Renungan –Renungan Zikir*, Jakarta: Intuisi Press, 2004, h. 108

<sup>29</sup> Imam Abi Husein bin hajjaj Qusairy Nasauri, *Shahih Muslim*, Juz II, Cet I, Mesir: Darul Fikr, 206-261 H, h. 27-28

*Dari Umar Ra. Ketika Umar Ra bersama Rasulullah ada seorang laki-laki yang bertanya kepada Rasulullah. Orang itu bertanya kepada Rasulullah: “Maka terangkanlah kepada ku tentang ihsan Nabi saw, menjawab: “ Ihsan adalah adanya kamu menyembah Allah seakan-akan kamu melihat kepada-Nya. Bila kamu tidak mampu sesungguhnya Allah itu melihatmu.”<sup>30</sup> (HR. Muslim)*

Tingkat ini yang dapat menumbuhkan ruhani atau spiritual bagi orang-orang yang mencapainya. Dengan kesadaran ruhani yang dapat menahan untuk melakukan perbuatan-perbuatan yang tercela. Untuk bisa berhubungan, merasakan dan menyaksikan secara nyata akan kehadiran Allah, maka jalannya adalah dengan cara pensucian jiwa, atau yang disebut dengan *تزكية النفس* (*tazkiyyatun nafs*). Namun, menurut Arifin Ilham *tazkiyyatun nafs* tidak dapat diraih kecuali orang-orang yang telah mendidik jiwa dengan *zikrullah*. Dengan *zikir* seseorang akan menjadikan jiwa, hati dan pikiran suci dan bersih pada saat bersamaan, maka *zikir* yang disebut amal *ṣaleh*.<sup>31</sup>

Manfaat *zikir*, pada dasarnya setiap orang ingin mendapatkan kebaikan dan dijauhkan dari kemadharatan. Namun, tidak semua orang menyadari dan bersungguh-sungguh dalam mencapai keinginan tersebut. Padahal Allah telah menjelaskan kunci-kunci kebaikan. Kunci kebaikan itu adalah *zikir* kepada Allah SWT.

---

<sup>30</sup> Achmad Labib Asrori, *Terjemah Hadits Arbain Nawawi*, Surabaya: Al-Miftah, h. 16

<sup>31</sup> M.Arifin Ilham, *Renungan –Renungan Zikir*, cet, Jakarta: Intuisi Press, 2004, h. 109

*Ẓikīr* merupakan pekerjaan yang mulia dan bermanfaat untuk mendekatkan diri pada Allah SWT. Para imam juga menyebutkan berbagai kemanfaatan *ẓikīr*, termasuk Imam Ibnu Qayyim menyebutkan bahwa *ẓikīr* mampu mengusir setan, mengalahkan dan menundukkan, menjadikan Allah Ta'ala ridha<sup>32</sup> Ibnu Athailah al-Sakandari menyebutkan manfaat *ẓikīr* antaranya:

1. Mengusir, menangkal, dan menghancurkan setan.
2. Mempermudahkan datangnya rezeki.
3. Membuka pintu makrifat dalam kalbu.
4. Membuat si *peẓikīr* dekat kepada Allah SWT.
5. Gerakan *ẓikīr* atas lisan merupakan gerakan yang paling ringan bagi manusia.<sup>33</sup>

Sedangkan, Teungku Muhammad Hasbi As-Shiddiqiey menyebutkan dua puluh faedah yang diperoleh orang-orang yang mengamalkan *ẓikīr* yang benar-benar melakukannya. *Ẓikīr* menurut cara yang dikehendaki oleh Allah dan Rasul-Nya. Adapun dua puluh faedah dijelaskan sebagai berikut:

1. Mewujudkan sifat baik sangka kepada Allah.
2. Menghasilkan rahmat dan inayat Allah.
3. Memperoleh sebutan Allah di hadapan hamba-hamba pilihan.
4. Membimbing hati.
5. Melepaskan diri dari adzab.
6. memelihara diri dari was-was syetan dan membentengi diri dari maksiat.

---

<sup>32</sup> Cahyadi Takariawan dan Ghazali Mukri, *Tazkiyah; Metode Pembersih Hati, Aktivitas Dakwah*, Solo; Era Intermedia, 2003., h. 129

<sup>33</sup> Ibnu 'Athailah al-Sakandari, *Terapi Makrifat (Ẓikīr Menenteram Hati)*, Jakarta: PT Ikrar Mandiri Abadi, 2011, h. 74

7. Mendatangkan kebahagiaan dunia dan akhirat.
8. Menyampaikan kepada derajat yang tinggi disisi Allah.
9. Memberikan sinaran kepada hati dan menghilangkan kekeruhan jiwa.
10. Menghilangkan tegaknya suatu rangka Iman dan Islam.
11. Menghasilkan kemuliaan dan kehormatan di hari kiamat.
12. Melepaskan diri dari sesalan.
13. Memperoleh penjagaan dan pengawalan dari malaikat.
14. Menyebabkan Allah bertanya kepada malaikat tentang keadaan orang-orang yang berzikir.
15. Menyebabkan kebahagiaan orang-orang yang duduk beserta orang-orang yang berzikir, walaupun orang-orang yang duduk itu orang yang tidak bahagia.
16. Menyebabkan selalu dipandang sebagai *ahlul Ihsan*.
17. Menghasilkan ampunan dan keridhaan Allah.
18. Menyebabkan terlepas dari suatu pintu fasiq dan durhaka.
19. Merupakan ukuran untuk mengetahui derajat yang di peroleh disisi Allah.
20. Menyebabkan para nabi-nabi dan orang-orang mujahidin (*shuhada*) mengasihi orang-orang yang berzikir.<sup>34</sup>

Amdjat Al-Hafidh, mengungkapkan bahwa kekuatan *spiritual* akan diperoleh terutama dengan *zikir* Al-Asma ul Husna yang di dalamnya mengandung 99 nama Allah. Kekuatan *spiritual* yakni: 1) ketenangan dan ketentraman, yaitu: dengan hilangnya perasaan gelisah, susah, stres dan putus asa, 2) *spirit*, yaitu dengan munculnya gairah hidup dan semangat belajar, serta 3) rasa percaya

---

<sup>34</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Dzikir dan Doa (Aspek Hukum dan Adab)*, Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2001, h. 33

diri, dengan wujud dari perasaan, yakni Allah yang akan selalu dapat menolong hambanya di kala orang merasa susah.<sup>35</sup>

Dalam hal ini diperkuat dengan ayat yang menjelaskan *zikir* mempunyai kekuatan spiritual dengan menimbulkan rasa tenang dan tenteram dalam (QS Ar-Rā'd /13: 28):

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ  
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (الرعد: ١٣-٢٨)

”(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah, Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang.” (QS. Ar-Rā'd/ 13:28)<sup>36</sup>

Dadang Hawari, seorang Psikiter berpendapat bahwa *zikir* mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam berupa psikoreligius terapi.<sup>37</sup> Bahkan, Amin An-Najar menambahkan bahwa metode psikoterapi yang idealnya untuk *tafakkur* terhadap Allah dengan lidah dan hati. *Zikir* kepada Allah menghilangkan

---

<sup>35</sup> H .Amdjat Al Hafidh Bsc, *Keistimewaan dan peranan Al-Asmaa-Ul Husnaa Di Zaman Modern*, cet-xx, Semarang; Yayasan Majelis Khidmah al-Asmaa-ul Husna, h. 1-2

<sup>36</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan Penyelenggara, Jakarta, 1985, h. 376

<sup>37</sup> Dadang Hawari, *Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, cet-V, Yogyakarta; PT. Dana Bakhti Prima Yasa, 1997, h. 8

segala berbagai bisikan setan, was-wasan, dan menggantinya dalam ketenangan, kerelaan, rasa aman dan cinta.<sup>38</sup>

*Ẓikr* yang baik secara lisan maupun dengan batin memiliki manfaat yang besar bagi kehidupan manusia, terutama dalam kehidupan masyarakat modern, karena salah satu persoalan yang dihadapi masyarakat modern ini merupakan krisis eksistensi diri. Krisis eksistensi diri akan dapat di atasi manakala manusia sebagai hamba Allah mau memahami Sang Pencipta dan keterbatasan dalam dirinya. Khususnya pada masyarakat modern sekarang ini, ada beberapa manfaat yang dapat dilihat melalui berzikir, yaitu memantapkan iman, memperkuat energi akhlak, terhindar dari bahaya, dan terapi jiwa, serta yang paling penting adalah terapi fisik.<sup>39</sup>

Cara mudah yang dapat membawa jiwa yang sakit mempunyai rasa percaya diri bersama Allah dan seseorang dapat menghadapi dengan sepenuh hati kepada Allah, sehingga dia berada dalam keakraban bersama-Nya. Maka, dapat menimbulkan rasa tenang dan tentram dalam hatinya, sehingga perasaan yang sedang resah atau bingung bisa menjadi hilang.

---

<sup>38</sup> Amin An-Najar, *Psikoterapi sufistik Dalam Kehidupan Modern*, cet-1, Bandung; PT. Mizan Republika, 2004, h. 38

<sup>39</sup> Amin Syukur, *Sufi Healing (Terapi Literatur Tasawuf)*, Semarang: IAIN Walisongo, 2010, h. 88

## **E. Faktor Pendukung dan Penghambat Terapi Zikir**

### **1. Faktor Penghambat**

#### **a. Dosa yang diperbuat**

Dalam perspektif psikologi, makna dari “merasa berdosa” adalah rasa sakit lantaran kesalahan dan dosa yang sebenarnya tidak pernah dilakukan. Merasa berdosa dalam perasaan semacam ini tergolong penyakit kejiwaan. Namun, perlu disadari kalangan psikolog agak berlebihan dalam menafsirkan *fenomena*. Mereka tidak memisahkan antara perasaan berdosa yang bersifat positif dan negatif.<sup>40</sup>

Orang yang sering melakukan maksiat, karena dosa yang dilakukan dapat membahayakan dirinya baik di dunia maupun di akhirat. Tidak ada yang mengetahui akibat dan pengaruhnya, kecuali dari Allah SWT. Namun demikian, pengaruh maksiat itu dapat dirasakan antara lain:

- 1) Maksiat dapat melemahkan hati dan badan.
- 2) Maksiat dapat menimbulkan kerisauan dan kesepian dalam hati.
- 3) Maksiat dapat mendatangkan kesulitan.
- 4) Maksiat dapat menimbulkan kegelapan dalam hati<sup>41</sup>

Jadi, pokok dari masalah ini adalah bahwa manusia sejak hidup sampai meninggal hanya untuk menyambut dan mengutamakan keridhaan-Nya. Dosa dapat juga mengubah

---

<sup>40</sup> Ishaq Husaini Kuhsari, *Al-Qur'an & Tekanan Jiwa*, Jakarta: Sadra Press, 2012, h. 118

<sup>41</sup> Ibnul Qayyim al-Jauzi, *Terapi Penyakit Hati*, , Jakarta: Tim Qisthi Pres, 2000, h.79-83



hati yang sehat menjadi sakit, karena dosa membuat hati menjadi sakit. Makanan yang bergizi untuk santapan hidup tidak bermanfaat baginya. Sisa penyakit dibadan dan dosa merupakan penyakit hati yang tidak ada obat untuk menyembuhkannya melainkan meninggalkan maksiat.<sup>42</sup>

Ketika dalam proses terapi *zikir*, pasien harus benar-benar menghilangkan segala bentuk kemaksiatan, apabila maksiat masih dilakukan, maka akan mempersulit dalam proses penyembuhan. Dilihat dari segi medis, psikologis, dan moral agama, maksiat yang dilakukan akan memberikan pengaruh negatif dalam diri manusia sebagai azab dari Allah SWT. Allah berfirman dalam (QS Asy-Syu'arā'/ 26: 30):

وَمَا أَصْبَحُكُمْ مِّنْ مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ

كَثِيرٍ ﴿الشُّعَرَاءُ: ٣٠﴾

*“Dan apa saja musibah yang menimpa kamu Maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu).”*(QS Asy-Syu'arā'/ 26: 30)<sup>43</sup>

Apabila manusia terus-menerus melakukan dosa dan tidak mau bertaubat, maka kekufuran yang akan terjadi sehingga orang yang bermaksiat menjadi hina dihadapan

---

<sup>42</sup> *Ibid.*, h. 111

<sup>43</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1985, h. 788

Allah, maka beliau tidak dapat memerintahkan makhluk untuk memuliakan-Nya. Bagi orang-orang yang tersesat, karena Bagi orang-orang yang tersesat, karena dosa-dosa yang mereka sebabkan, maka mereka tidak layak memperoleh rahmat yang diminta oleh para malaikat.

b. Putus Asa

Individu yang selalu berpandangan negatif dan pesimistik, karena menganggap kebanyakan orang dan kehidupan ini sebagai sesuatu yang buruk, maka akan merasakan semua tekanan hidup yang benar-benar menyiksanya. Sebagai seorang yang beragama dan beriman, rasa putus asa harus dihindari. Dalam ajaran Islam tidak membenarkan putus asa. Manusia diwajibkan berikhtiar (berobat, berdo'a dan berzikir), soal sembuh (hidup) atau tidak (mati) Allah yang menentukan.<sup>44</sup> Sebagaimana firman Allah (QS. Az-Zumar/ 39: 53):

﴿قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ

اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

(الزمر: ٥٣)

*Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha*

---

<sup>44</sup> Ishaq Husaini Kuhsari, *Ibid.*, h. 112

*Pengampun lagi Maha Penyayang*” (QS. Az-Zumar/ 39: 53)<sup>45</sup>

Seseorang yang putus asa dalam *berzikir* kepada Allah, maka akan putus harapan, karena *berzikir* merupakan sarana untuk mengingat Allah, apabila dia telah melalaikan Allah, maka dia pun enggan ingat kepada-Nya. *Zikir* sebaiknya dilakukan secara *istiqamah*, apabila dalam pengobatan dengan terapi *zikir* dan pasien tidak *istiqamah*, tentu akan menghambat dalam proses penyembuhan. Pasien yang banyak melakukan dosa yang akan menimbulkan penyakit, tentu dalam pengampunan memerlukan waktu yang lama, sehingga diperlukan terapi *zikir* yang *intensif*.<sup>46</sup>

c. Makanan Haram

*Zikir* dapat melenyapkan endapan-endapan busuk yang ditinggalkan oleh makanan yang berlebih-lebihan. Orang yang senantiasa menelan makanan haram, maka *zikirnya* tidak dapat melenyapkan endapan-endapan busuk dari tubuh seseorang. Allah mengisyaratkan bahwa bangkai, darah, dan binatang yang disembelih tanpa menyebut asma Allah dinyatakan haram. Sebagaimana Allah dalam firman-Nya (QS Al-Maidah / 5: 3):

---

<sup>45</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1985, h. 753

<sup>46</sup> In'amuzzahidin Masyhudi, *Berdzikir & Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, h. 110

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أَلْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَمِ ۚ ذَٰلِكُمْ فِسْقٌ ۗ الْيَوْمَ يَيسرُ الْإِذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ ۗ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتِمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا ۚ فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ ۖ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (المائدة: ٣)

“Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, (daging hewan) yang disembelih atas nama selain Allah, yang tercekik, yang terpukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu menyembelinya, dan (diharamkan bagimu) yang disembelih untuk berhala. dan (diharamkan juga) mengundi nasib dengan anak panah, (mengundi nasib dengan anak panah itu) adalah kefasikan. pada hari ini, orang-orang kafir telah putus asa untuk (mengalahkan) agamamu, sebab itu janganlah kamu takut kepada mereka dan takutlah kepada-Ku. pada hari ini telah Kusempurnakan untuk kamu agamamu, dan telah Ku-cukupkan kepadamu nikmat-Ku, dan telah Ku-ridhai Islam itu Jadi agama bagimu. Maka barang siapa terpaksa karena kelaparan tanpa sengaja berbuat dosa,

*Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.*”(QS Al-Maidah / 5: 3)<sup>47</sup>

Begitu pula dengan meminum khamer yang merupakan perbuatan keji maupun perbuatan syaitan. Sebagaimana dalam firman Allah dalam surat (QS Al-Maidah/ 5: 90)

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ  
وَالْأَزْلَمُ رَجَسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ  
تَفْلَحُونَ ﴿٩٠﴾ (المائدة: ٩٠)

*“Hai orang-orang yang beriman, Sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah Termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan”.*(QS Al-Maidah/ 5 :90)<sup>48</sup>

Seiring dengan penemuan ilmiah dari ayat tersebut mempunyai isyarat. Selain diharamkan makanan haram yang telah disebutkan di atas dapat melemahkan jantung, merusak hati dan berbagai penyakit lainnya. Amal manusia akan menjadi rusak apabila makanan yang dikosumsinya haram atau mendapatkannya dari sumber yang haram dan *subhat*. Apabila memakan yang haram dalam keadaan sadar

---

<sup>47</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1985, h. 157

<sup>48</sup> *Ibid.*, h. 176

dan disengaja, maka akan berdosa di samping hati akan menjadi gelap. Tetapi jika makanan dari sumber yang *subhat*, maka tidak berdosa tetapi hati mereka yang akan menjadi gelap akibat makanan tersebut. Semua ini diakibatkan, karena perut yang keluar mempengaruhi daya terhadap jasad secara keseluruhan. Apabila makanan yang dimakan dan diperoleh secara halal yang menyebabkan jasad tumbuh sehat, sehingga terpenuhi seluruh anggota badan untuk mendapatkan keridhaan Allah SWT.

Saad bin Waqas bertanya kepada Rasulullah saw, *“Ya Rasulullah, aku Saad tinggalkan makanan yang haram, maka sesungguhnya tiap perut yang telah dimasukkan makanan yang haram, maka tidak diterima do’a selama empat puluh hari”*.<sup>49</sup>

Jadi, memakan barang haram, meminum, serta memakai, ataupun memberikannya akan menjadi penyebab utama yang tidak diterimanya amal ibadah seseorang. Dalam kesehatan makanan dan minuman yang haram dapat menurunkan imunitas tubuh atau daya tahan tubuh.

Menurut Jamaluddin Mahran bahwa orang yang tidak mengetahui akibat dari mengkonsumsi makanan dan minuman yang haram, misalnya dengan makan daging babi dan minum khamar.

---

<sup>49</sup> Muhammad Al-Fateh, *Rahasia dan Keutamaan Dzikir*, Lintas Jakarta: Pustaka, 2003, h. 112

Dalam kesehatan makanan dan minuman haram dapat mengakibatkan darah diseluruh tubuh terpenuhi penyakit, alat pencernaan terganggu, ginjal, emosional tinggi, buruk pada hati, dan sistem syaraf terganggu. Maka, mereka hindari makan-makanan haram yang dapat membuat kesehatan seseorang menjadi sakit dan dapat mengurangi ibadah hamba kepada Allah SWT.<sup>50</sup>

Dengan memelihara makanan dan *bersabar* dalam mencari barang yang halal menjadikan seorang muslim diterima amal salih dan diijabah serta dikabulkan hajatnya. Walaupun, seseorang melakukan ibadah dan amal salih apabila diperutnya masih ada makanan haram, maka *zikir* seseorang yang dilakukan tidak akan bermanfaat.

## 2. Faktor penunjang

### a. Taubat

Kesempurnaan dalam melaksanakan *zikir*, agar *zikir* diterima oleh Allah, maka dianjurkan untuk melakukan *taubat* terlebih dahulu, taubat ini sebagai langkah awal untuk membersihkan diri baik lahir maupun batin. Dengan pembersihan diri dari segala kesalahan dan sifat-sifat tercela, maka hijab yang membatasi diri dengan khalik akan segera terbuka. *Taubat* menurut kalangan sufi mempunyai tiga tingkatan, sebagaimana dikatakan oleh

---

<sup>50</sup> Jamaluddin Mahran, dkk, Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-Obatan, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006, h. 450-465

Abu Ali Daqaqa dan Syaikh Abdul karim al-Qusyairi bahwa *taubat* itu ada tiga tingkatan:

- 1) *Taubat* adalah kembali dari maksiat kepada ketaatan, semata-mata, karena takut murka Allah dan takut siksa-Nya. *Taubat* ini adalah *taubat* orang-orang yang beriman.<sup>51</sup>
- 2) *Inabah* adalah kembali dari yang baik menuju lebih baik, demi memohon keridhaan dan pahala-Nya. *Inabah* ini menjadi salah satu sifat para sufi yang mengajak dari hal yang satu ke hal yang lain. Hal ini ditegaskan oleh Allah dalam firman-Nya (QS Qaaf/ 50: 32-33):

هَذَا مَا تُوْعَدُونَ لِكُلِّ أَوَّابٍ حَفِيفٍ ﴿٣٣﴾ مَنْ خَشِيَ

الرَّحْمَنَ بِالْغَيْبِ وَجَاءَ بِقَلْبٍ مُنِيبٍ ﴿٣٢﴾ (ق: ٣٢-٣٣)

“Inilah yang dijanjikan kepadamu, (yaitu) kepada Setiap hamba yang selalu kembali (kepada Allah) lagi memelihara (semua peraturan-peraturan-Nya)”. “(yaitu) orang yang takut kepada Tuhan yang Maha Pemurah sedang Dia tidak kelihatan (olehnya) dan Dia datang dengan hati yang bertaubat.” (QS Qāf/ 50: 32-33)<sup>52</sup>

- 3) *Taubat* para Nabi dan Rasul, termasuk Rasulullah saw. Mereka *bertaubat* tidak karena mengharap pahala dan tidak pula karena takut dengan siksa, sebab baginya

---

<sup>51</sup> Moh. Saifulloh Al-Aziz Senali, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, Surabaya: Terbit Terang, 1998. h. 111

<sup>52</sup> *Ibid.*, h. 854



sudah terjamin bersih. Hal ini semata-mata mengikuti perintah Allah belaka. Sebagaimana Allah berfirman dalam (QS Shād/ 38: 30):

وَوَهَبْنَا لِذَاوُدَ سُلَيْمَانَ ۚ نِعَمَ الْعَبْدِ إِنَّهُ أَوَّابٌ ﴿٣٠﴾

“(Dan Kami karuniakan kepada Daud, Sulaiman, Dia adalah sebaik-baik hamba. Sesungguhnya Dia Amat taat (kepada Tuhannya).” (QS. Shād/ 38: 30)<sup>53</sup>

Manusia bertaubat dengan memohon ampun kepada Allah atas segala kesalahan dan dosa yang pernah dilakukan, baik sengaja maupun lupa atau keliru untuk segera menyesali dan tidak akan mengulangnya. Orang yang telah berbuat dosa baik dosa terhadap diri maupun dengan orang lain, lalu berhenti dari melakukan dosa dan tidak mengulangi lagi, serta diimbangi dengan melakukan amalan-amalan salih, maka orang tersebut telah dikatakan bertaubat. Sebagaimana Allah berfirman (QS Al-Maidah/ 5: 39):

فَمَنْ تَابَ مِنْ بَعْدِ ظُلْمِهِ وَأَصْلَحَ فَإِنَّ اللَّهَ يَتُوبُ عَلَيْهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (المائدة: ٣٩)

“Maka Barangsiapa bertaubat (di antara pencuri-pencuri itu) sesudah melakukan kejahatan itu dan memperbaiki diri, Maka Sesungguhnya Allah menerima taubatnya.

---

<sup>53</sup> Ibid., h. 736

*Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”(QS Al-Maidah/ 5: 39)<sup>54</sup>*

Apabila orang yang melakukan dosa secara terus-menerus hingga menjelang ajal baru menyatakan penyesalan dan minta ampun kepada Allah, maka taubatnya tidak diterima oleh Allah SWT. Begitu juga orang yang dahulu kafir lalu masuk Islam, kemudian kembali hidup dengan ajaran-ajaran kekafiran yang ditentang Islam, walaupun dia mengakui sebagai muslim, orang tersebut munafik, taubatnya tidak diterima oleh Allah SWT. Seorang yang sedang berzikir, tentu melepaskan diri dari pikiran yang berorientasi dunia atau materi, manakala manusia berzikir berhadapan dengan Tuhan, tetapi dalam dirinya telah terjerumus ke dalam dosa, maka *taubat* (yaitu) meninggalkan dosa yang telah diperbuat dan dosa-dosa yang sederajat dengan itu adalah pilihan tepat. Para ahli jiwa (*psikolog*) mengakui, bahwa *taubat* merupakan sarana pengobatan untuk menanggulangi gangguan kejiwaan (*stres*) yang baik. Dengan mengagungkan asma Allah dan takut akan murka Allah diperlukan taubat, sehingga ketika berzikir menghadap Tuhan kembali suci. *Taubat* memegang

---

<sup>54</sup> *Ibid.*, h. 165

peranan penting bagi amaliah *zikir*, agar *zikir* tersebut senantiasa dihadapkan kepada Allah SWT.<sup>55</sup>

b. Niat

Secara etimologi, kata *niyyatun* atau *an-niyyatul* yang identik dengan *al-qashdu*, *al-'azimah*, *al-himmah*, yang artinya: keinginan, kehendak, keinginan yang kuat, dan menyengaja. Menurut asas Islam, orang yang melakukan dengan niat, maka ibadahnya dapat diterima dengan sah.<sup>56</sup>

Menurut jumhur ulama niat berarti wajib, dalam ibadah. niat merupakan syarat sahnya suatu ibadah. Sedangkan, niat dalam masalah muamalah dan adat kebiasaan, jika bermaksud untuk memperoleh keridhaan dari Allah dan mendekatkan diri kepada Allah diharuskan untuk memakai niat.<sup>57</sup>

*Ẓikir* dapat pula berfungsi sebagai *Placebo*. Fungsi *ẓikir*, untuk mengetahui bahwa dia sedang dido'akan dan dapat menghimpun energi penyembuhan, bila hal ini terjadi pengaruh *zikir* itu berasal dari dalam diri pasien. Dalam cabang ilmu *neuroimmunologi*, yaitu ilmu yang mempelajari hubungan antara bagian otak yang berinteraksi dengan pikiran, emosional dan sistem-sistem

---

<sup>55</sup> In'amuzzahidin Masyudi, *Berdzikir & Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, h. 84

<sup>56</sup> In'amuzzahidin Masyudi, *Ibid.*, h. 108

<sup>57</sup> In'amuzzahidin Masyudi, *Ibid.*, h. 108

saraf serta kekebalan. Berdasarkan teori tersebut dapat mereka ketahui bahwa pikiran seseorang yang sedang dido'akan akan mempengaruhi kondisi biologis, karena hal ini dipengaruhi oleh sugesti orang tersebut.<sup>58</sup>

c. Khusyuk

Khusyuk juga memegang peranan penting dalam ritual *zikir*, Khusyuk berarti jiwa raga yang tunduk dan penuh taat melakukan *zikir* kepada Allah SWT. Raga yang tenang dan menunduk, karena merasa rendah dihadapan-Nya, seraya mengucapkan puji-pujian dan keagungan asma Allah SWT. Sedangkan, hatinya penuh rasa harap, cemas, takut, merasa dirinya penuh dosa dan merasa kecil dihadapan-Nya. Suasana yang mendukung dan terciptanya pelaksanaan lahir maupun batin dalam melakukan *zikir* secara khusyuk. Rasa khusyuk dapat menimbulkan rasa sungguh-sungguh berzikir kepada Allah, sehingga akan berdampak pada sikap mediatif yang menimbulkan dampak yang positif pada kesehatan jiwa.<sup>59</sup>

**F. Zikir Sebagai Pendamping Pengobatan Terapi Medis**

*Zikir* adalah suatu amalan yang dalam bentuk diucapkan secara lisan maupun dengan hati yang berisikan permohonan kepada Allah, dengan tujuan selalu mengingat nama Allah SWT.

---

<sup>58</sup> Moh. Sholeh, *Tahajjud: Manfaat praktis Ditinjau dari Ilmu Kedokteran*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta: 2003. h. 124

<sup>59</sup> In'amuzzahidin Masyhudi, *Berdzikir & Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, h. 120

Pengertian “*zikir*” tidak terbatas pada bacaan *zikir* itu saja, melainkan meliputi segala bacaan *zikir*, *do’a*, *salat* dan segala kebaikan. Oleh karena itu, seseorang dianjurkan setiap hari selalu ingat kepada Allah SWT.

Dipandang dari sudut kesehatan jiwa, *do’a* dan *zikir* mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam. Psikoreligius tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan psikoterapi psikiatri, karena ia mengandung kekuatan spiritual atau kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme. Ada dua yang berpengaruh dalam penyembuhan yaitu rasa percaya diri (*self confident*) dan optimisme yang merupakan dua hal yang amat esensial bagi penyembuhan suatu penyakit di samping obat-obatan dan tindakan medis yang diberikan.<sup>60</sup>

Menurut Dale A. Matthews mengatakan bahwa mungkin suatu hari para dokter menuliskan *do’a* dan *zikir* pada kertas resep, selain resep obat pada pasien. Kemudian, beliau mengatakan bahwa 212 studi yang telah dilakukan oleh para ahli ternyata 75% menyatakan bahwa komitmen agama (*zikir* dan *do’a*) menunjukkan pengaruh positif pada pasien.

Sedangkan, Menurut Oxman mengatakan bahwa salah satu faktor prediksi yang kuat bagi keberhasilan operasi jantung (artinya pasien tetap hidup) adalah sejauhmana tingkat keimanan pasien. Dari studi yang dilakukan terbukti bahwa semakin kuat

---

<sup>60</sup> In’amuzzahidin Masyhudi, *Ibid.*, h. 84

keimanan seseorang, maka semakin kuat proteksi terhadap menghadapi kematian akibat operasi yang di jalannya.<sup>61</sup>

Kemudian, Menurut Muhammad Ibrahim Salim mengatakan bahwa pengobatan melalui media *zikir* sangat efektif buat kesembuhan seseorang dari segala penyakit yang dialami seseorang. Seseorang bisa melakukan terapi *zikir* untuk pengobatan diri sendiri dengan cara meminta kepada Allah untuk kesembuhan dan seseorang dapat juga mencapai ketenangan jiwa, serta sebagai benteng atau perisai supaya selalu mendapat kesehatan yang sempurna dari Allah SWT.<sup>62</sup>

Maka, dapat disimpulkan bahwa pengobatan melalui media *zikir* sangat efektif dalam rangka penyembuhan seseorang. Ketika orang melakukan, maka orang tersebut otomatis ingin selalu ingat kepada Allah, dan dapat meningkatkan keimanan kepada Allah, serta dapat menyembuhkan psikis seseorang. Seseorang dalam riwayat hidup penuh dengan keburukan, maka dari *zikir* ini orang tersebut akan melakukan kebaikan di jalan Allah, dan selalu mengingat amalan-amalan yang dianjurkan Allah, serta bisa menjauhi yang dilarang oleh Allah SWT.

---

<sup>61</sup> Dadang Hawari, *Do'a dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, Jakarta: Dana Bakti Prima, h. 6-13

<sup>62</sup> Muhammad Ibrahim Salim, *Pengobatan Qur'ani (Menyembuhkan Penyakit Melalui Pendekatan Medis & Agama)*, Bandung: MMU, 2006, h. 17-65

### BAB III

## DESKRIPSI DAN AKTIVITAS TERAPI *ẒIKIR* DI PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR TOMBO ATI SEMARANG

### A. Deskripsi Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang

#### 1. Letak Geografis

Pondok Pesantren Istighfar didirikan di tengah wilayah yang terkenal dengan “Kampung Penyamun atau Kampung Preman”, yaitu di bangun di atas tanah seluas 225 m<sup>2</sup> yang beralamatkan di Jalan Perbalan Purwosari Gg. I No. 755 D Semarang Utara.

Di Kampung yang berpenduduk lebih 2500 kepala keluarga yang berbatasan dengan 4 desa:

- a. Sebelah Utara : Desa Kuningan
- b. Sebelah Barat : Desa Panggung
- c. Sebelah Selatan : Desa Pandan Sari
- d. Sebelah Timur : Desa Darat

Pondok Pesantren Istighfar berdiri yang menyatu dengan rumah-rumah masyarakat di sekitarnya. Lokasi Pondok Pesantren Istighfar yang berada di tengah malah disambut baik oleh masyarakat sekitar, karena sejak berdiri Pondok Pesantren Istighfar di lingkungan kampung penyamun atau kampung preman” memberikan *lightmen* para *preman-preman* yang menjadi santri yang bersedia dibimbing agar menemukan kembali dirinya sebagai makhluk yang mulia di sisi Allah dan

ikut berperan besar dalam mengubah citra buruk Kampung Perbalan dari Kampung *penyamun* menjadi kampung beriman.<sup>1</sup>

## 2. Sejarah dan Perkembangan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati

Berdirinya Pondok Pesantren Istighfar tidak terlepas dari Muhammad Kuswanto, atau lebih akrab dengan nama Gus Tanto (31 Agustus 1966). Beliau lahir di Perbalan Purwosari Semarang dari keluarga yang taat dengan agama dan taat kepada kedua orang tuanya. Kakeknya bernama KH. Safe'i dan neneknya bernama Hj. Nasroh yang memiliki Pondok di Kudus. Gus Tanto hijrah dari Kudus ke Semarang, karena ibunda beliau dipinang oleh orang asli Semarang dari kalangan orang sederhana yang tidak pernah mengenyam pendidikan Pondok Pesantren.

Bagi sebagian warga kota Semarang, Purwosari Perbalan merupakan kampung yang tidak asing lagi dan mendapat julukan kampung para penyamun atau *preman* di Kota Semarang, karena sudah melekat lama. Kehidupan kaum laki-laki di Kampung Perbalan, memang tidak terlepas dari dunia kejahatan semisal: mabuk-mabukan, pemerasan, tawuran, serta tindak kriminal lainnya yang berlaku di sana adalah hukum rimba, siapa yang kuat dia yang berkuasa.

---

<sup>1</sup> Hasil Wawancara dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.40 WIB



Bahkan menurut beliau di daerah perbalan para *preman* berkumpul sekitar 70% warga kampung Purwosari Perbalan yang berprofesi sebagai *preman*. Gus Tanto juga menuturkan bahwa di LP Kedung Pane Semarang setiap hari pasti ada orang Perbalan yang keluar masuk Penjara, maka tidak heran setiap mendengar ada orang perbalan selalu diindentikan dengan *preman* atau orang jahat.<sup>2</sup>

Dengan sejarah Kampung *preman*, sejak tahun 1960-an warga di Purwosari Perbalan tersiksa dengan stigma Kampung preman, Kampung yang terkenal sebagai kawasan kumuh dan masyarakatnya banyak yang berprofesi sebagai *penjahat*, *gali*, maupun *preman*. Gus Tanto mengakui bahwa beliau merasakan sendiri dampak dari stigma tersebut. Sewaktu masih SMA mata Gus Tanto sering merah dan rambutnya dikuncir, karena hal tersebut kemudian beliau dipanggil guru. Hal yang sama juga dialami Gus Tanto setelah lulus dari SMA 5 Semarang, beliau selalu ditolak bekerja di Perusahaan manapun, karena berasal dari daerah Perbalan. Dan bahkan yang paling menyakitkan adalah ketika beliau menikah dengan Ny. Dariyanti, beliau mendengar sendiri ada yang berkata “*sayang ya!!! Ibu Tuminah punya anak cantik kok dapatnya “Preman Perbalan”*”. Orang beranggapan bahwa beliau juga *preman*, *pemabuk*, *gali* Perbalan. Beberapa orang

---

<sup>2</sup> Hasil Wawancara dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.40 WIB

tidak mengetahui kalau mata beliau merah, dikarenakan sering “*melek*” malam (bergadang) melakukan *ṣalat* malam dan berzikir.<sup>3</sup>

Walaupun Gus Tanto lahir dan dibesarkan di lingkungan yang penuh dengan kriminalitas, tetapi beliau tetap memegang teguh nilai-nilai agama yang diperoleh dari *Umminya* (ibu). Dengan berbekal “Gemblengan” (motivasi) ilmu al-Qur’an dari ibu kandungnya Nyai Kustinah, puteri ulama KH. Syafe’I asal kudus, beliau sebagai putra asli Perbalan Purwosari yang merasakan sendiri dampak dari stigma tersebut, merasa prihatin serta berkeinginan untuk mengubah stigma yang melekat pada Kampung dan bersikeras mengubah citra Kampung halaman yang buruk menjadi Kampung halaman yang baik-baik, seperti: cita-cita RA. Kartini “*Habis Gelap Terbitlah Terang*”.

Didasari keprihatinan tersebut, pada tahun 1988 beliau mengawali kegiatan mujahadah. Pengajian yang dirintis beliau membuat mereka yang hadir merasakan manfaat mengikuti pengajian tersebut. Hati mereka menjadi tenang sehingga Gus Tanto disebut sebagai “*Kyai Tombo Ati*”, karena banyak orang yang dahulu *pemabuk, pemarah, preman, penyamun, maupun penyamun*, setelah mengikuti mujahadah mereka menemukan kedamaian hati ketika bergabung dengan pengajian tersebut.

---

<sup>3</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.50 WIB

Lambat laut semakin banyak warga yang tertarik dan tidak sedikit *preman-preman* menjadi santri. Beliau mengenalkan agama Islam dan al-Qur'an yang membawa perdamaian dan kasih sayang. Sebutan "*Kyai Tombo Ati*" yang diberikan santri kepada Gus Tanto dijadikan sebagai nama jamaahnya yaitu "*Jamaah Mujahadah Tombo Ati*". Pengajian pun berkembang pada awal januari 2004 dan itu dilakukan dari rumah ke rumah secara bergantian. Sekaligus bertujuan untuk menjalin silaturahmi. Hingga akhirnya pada tanggal 01 januari 2005 Gus Tanto mampu membangun Pondok Pesantren yang diberi nama "*Istighfar*". Pondok Pesantren Istighfar merupakan Pondok Pesantren kebersamaan, karena dana berasal dari mereka (santri) yang merasa terobati setelah mengikuti pengajian Tombo Ati dan banyak orang-orang dari berbagai kalangan.<sup>4</sup>

### 3. Tujuan dan Alasan di dirikan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati

Tujuan di dirikan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Perbalan Semarang adalah menjadi wadah atau tempat berkumpul, dan sebagai pusat perkembangan ilmu agama Islam bagi jamaah khusus maupun masyarakat pada umumnya, bertujuan untuk membina mereka atau orang-orang *preman* agar berakhlakul karimah dan berbudi perkerti luhur serta

---

<sup>4</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 20.30 WIB

mengubah moral menjadi baik dalam ketentuan dalam ajaran agama Islam.

Alasan lain Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Perbalan Semarang adalah zaman dahulu di lingkungan Perbalan Semarang merupakan tempat orang-orang *penyamun* atau *sarang preman* itu pada tahun 1960-an. Dalam hal ini Gus Tanto sebagai pendiri Pondok memiliki tujuan selain di atas adalah sebagai berikut:

- a. Mengadakan pengajian mujahadah Tombo Ati sebagai sarana silaturahmi dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.
- b. Memberikan pendidikan al-Qur'an dengan mengajarkan baca tulis al-Qur'an sehingga para santri dan masyarakat tidak buta huruf al-Qur'an.
- c. Menggunakan metode psikologi yang dalam al-Qur'an untuk mendidik dan membimbing akhlak santri yang baik.
- d. Mengadakan kajian al-Qur'an setiap habis subuh untuk tahu yang berada di dalam al-Qur'an
- e. Mengadakan pengajaran mengaji setiap maghrib atau lembaga TPQ sebagai sarana anak-anak tahu ajaran-ajaran agama islam yaitu fiqh, hadis, dan kajian-kajian kitab lainnya serta merubah anak-anak untuk berakhlakul karimah.
- f. Mengadakan salat malam kamis kliwon bertujuan sebagai membersihkan jiwa.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 20.00 WIB

## Struktur Organisasi di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati

Setiap Pesantren memiliki struktur sendiri-sendiri yang berbeda satu dengan yang lain, sesuai dengan kebutuhan masing-masing Pesantren. Meskipun demikian, ada kesamaan yang menjadi ciri khas dalam struktur Pesantren dan tampak ada kecenderungan yang sama dalam menatap masa depan.

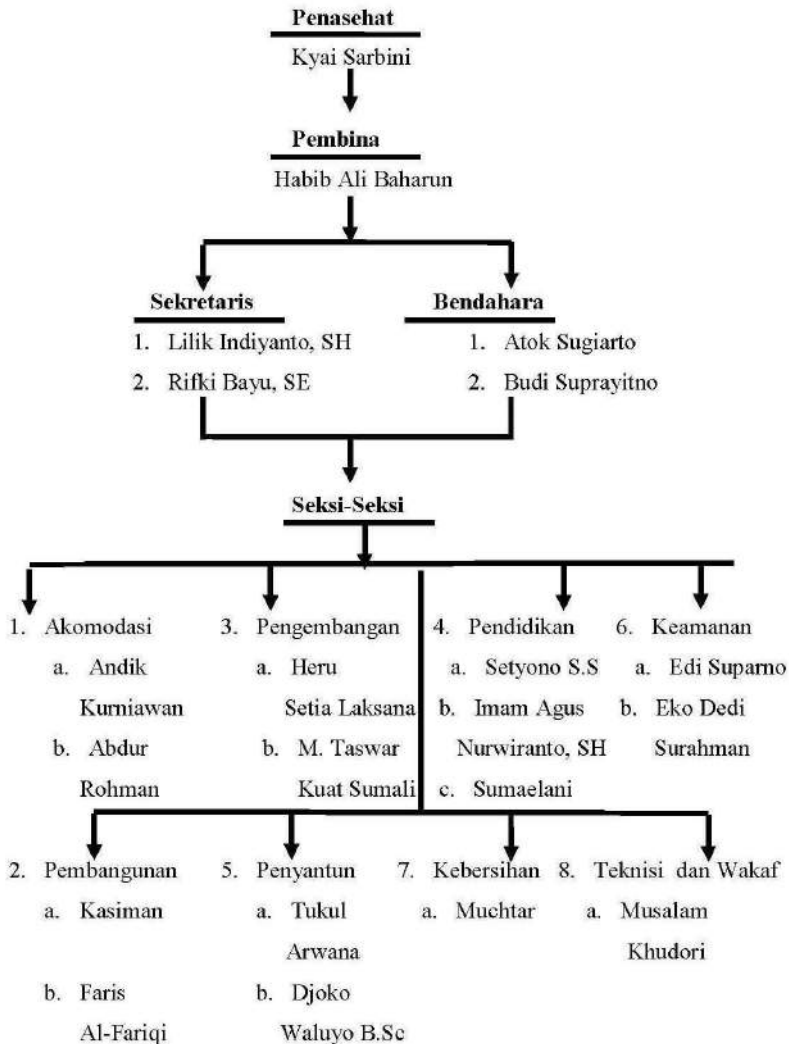
Sebagai tempat lembaga pendidikan, supaya menjalankan agenda Pondok Pesantren yang telah diprogramkan, dan untuk menyiapkan rencana-rencana secara matang, sehingga hasil yang dicapai sesuai dengan yang telah direncanakan, maka diperlukan adanya struktur organisasi.<sup>6</sup>

Untuk lebih jelasnya tentang struktur organisasi Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang adalah sebagai berikut:

---

<sup>6</sup> Buku dokumen dari Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang diambil pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.30 WIB

### Struktur Organisasi Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati



#### 4. Program Kegiatan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati

##### a. Kegiatan harian

Kegiatan setiap hari adalah *ṣalat* wajib lima waktu (*subuh, zuhur, ashar, maghrib, dan isya'*) dan kajian-kitab setelah *ṣalat subuh*. Pada waktu tiba, para santri datang untuk melakukan *ṣalat* berjamaah. Selain itu mereka juga aktif melakukan *ṣalat ṣunnah*, seperti: *ṣalat ṣunnah rawwatib, ṣalat zuha, ṣalat taubat, dan ṣalat hajat, dan sebagainya*.

##### b. Kegiatan mingguan

Kegiatan mingguan dilaksanakan pada setiap malam kamis, malam selasa, dan malam sabtu sebagai kegiatan rutin dari Pondok Pesantren Istighfar. Setiap malam kamis, kegiatan dimulai pukul 20.30 wib yaitu pengajian mujahadah yang dipimpin langsung oleh Gus Tanto sendiri. Mujahadah yang diberi nama Tombo Ati berisi bacaan *syahadat, ṣalawat, asmaul husna, tahlil, dan do'a selamat*. Sedangkan, malam selasa dan malam sabtu diadakan kegiatan BTA (Baca Tulis al-Qur'an) bagi para santri dewasa dan remaja, yang dipimpin oleh Gus Tanto sendiri dan dibantu oleh Kyai Sarbini, Ustadz Sumailani, dan Ustadz Andi.

##### c. Kegiatan bulanan

Untuk kegiatan bulanan dilakukan setiap jum'at kliwon mulai pukul 03.00 wib sampai *subuh* untuk

melakukan *ṣalat taubat* dan *ṣalat tasbih*. Selain itu, juga diadakan kerja bakti yaitu bersih-bersih Pondok Pesantren dan lingkungan sekitar Pondok.

d. Kegiatan tahunan

Kegiatan tahunan meliputi pada bulan ramadhan setiap hari mengadakan kegiatan pengajian atau kultum, *ṣalat terawih*, *tadarus* al-Quran serta pengajian kajian al-Qur'an. Untuk mengajar para santri, Gus Tanto dibantu oleh Habib Ali Bahrin, Gus Nur Latief, Ustd Sumailan, dan Kyai Sarbini. Pada hari raya Idul Adha diadakan salat Id berjamaah, dan menyembelih hewan qurban, serta dibagikan kepada warga sekitar. Selain itu, tiap bulan Muharram diadakan acara puasa putih 11-100 hari sesuai dengan tingkat kesanggupan atau masing-masing santri.

5. Fasilitas Perlengkapan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo  
Ati

a. Fasilitas Luar

- 1) Tempat wudhu
- 2) Ruang tamu
- 3) Tempat parkir
- 4) Tempat sandal dan sepatu
- 5) Meja dan kursi

b. Fasilitas Dalam

- 1) Mushala
- 2) Meja



- 3) Tiker atau karpet
- 4) Microfon
- 5) Gentong
- 6) Buku Mujahadah
- 7) Kipas angin
- 8) Air
- 9) Gayung
- 10) Pakaian hitam

#### 6. Ciri Khas Bangunan Ponpes Istighfar Tombo Ati

Pondok Pesantren Istighfar mempunyai ciri yang unik dibandingkan dengan Ponpes-ponpes lainnya. Semua yang terkandung dalam bangunan Pondok Pesantren tersebut mempunyai makna tersendiri mulai dari nama Pesantren hingga ornament bangunannya.

Pada bagian depan Pesantren Istighfar di sebelah kanan pintu utama mirip dengan bangunan klenteng, karena genteng berwarna merah mencolok, dilengkapi dengan hiasan patung dua naga raksasa laki-laki dan perempuan yang berdampingan, di tengahnya tertulis kaligrafi ayat-ayat al-Qur'an dan di sebelah kiri pintu utama tertulis Pondok Pesantren Istighfar. Bangunan Pesantren yang mirip dengan klenteng merupakan sebagai simbol inklusifitas agama Islam. Nama *istighfar* mengandung makna untuk mengingatkan kepada setiap orang yang selalu lupa dan berbuat salah setiap

hari, sehingga perlu membaca lafad *istighfar* yakni, memohon ampun kepada Allah SWT. Sedangkan, naga raksasa merupakan simbol keangkaramurkaan. Hewan tersebut memakan apa saja termasuk bola api dan sangar perkasa. Melambangkan orang yang mempunyai *power* dan *skill* yang kuat, sehingga lupa dengan Allah, karena menganggap dalam diri manusia yang paling kuat serta menilai orang lain lemah.

Gambaran naga tersebut sengaja dibuat dengan bagian leher kepala naga terpisah dengan badan dan usus terurai keluar. Maksudnya, agar manusia berjalan dengan hati, sehingga dapat lebih bijaksana dalam menyikapi hidup, manusia hidup harus ingat berşadaqah dengan sesama manusia, karena sesungguhnya dari rezeki yang mereka terima terdapat sedikit titipan untuk kaum kafur, miskin dan mereka berkewajiban menyampaikan pada mereka.<sup>7</sup> Di tengah patung naga ada tulisan al-Qur'an berbunyi "*Innā ṣalāti wanusukī wamahyāya wamamāti lillāhi rabbil 'ālamīn*" yaitu agar manusia selalu ingat pada Tuhan dengan cara mendirikan *ṣalat* yang khushyuk. Dari simbol ini dapat diterjemahkan bahwa Pesantren ini didirikan terutama untuk persinggahan para preman atau orang-orang yang pernah menempuh jalan kesesatan. Dengan kata lain, Pesantren ini diikhtiarkan untuk mengatasi keangkaramurkaan naga.

---

<sup>7</sup> Observasi di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang diambil pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.30 WIB

Keunikan lainnya adalah jika melewati pintu utama ke dalam Pondok Pesantren Istighfar terdapat tulisan wartel akhirat yang tertera di luar dinding mushala, wartel yang dimaksudkan sebagai media komunikasi antara manusia dengan Allah, sedangkan deretan angka yang mirip dengan nomor telepon di belakang merupakan simbolisasi adab komunikasi itu sendiri. Nol adalah simbol dari kekosongan pikiran dari hal yang bersifat ke dunia, adapun angka yang dimaksudkan jumlah rakaat *ṣalat* lima waktu dari *isya'*, *subuh*, *ḡuhur*, *ashar*, dan *maghrib*.

Pimpinan Pondok Pesantren Istighfar memang sengaja mengkonsep Pondok dengan kondisi dan suasana yang tidak jauh dari dunia *preman*, sehingga para preman yang menjadi santri tidak merasa asing dan dapat beradaptasi dengan mudah semisal, mushala terpasang sebuah lampu disko. Lampu bundar yang memancarkan cahaya warna-warni itu bukan difungsikan sebagai alat penerangan melainkan sebagai alat peraga yang bertujuan untuk menjelaskan kepada para santri. Lampu disko merupakan gambaran kehidupan yang glamor. Padahal, semua hanya sebagai hiasan, kalau dibuka yang ada di dalam hanya lampu putih yang melambangkan tujuan akhir yang dicari yaitu kesucian untuk kembali kepada Allah SWT. Dengan lampu itu diharapkan para santri akan lebih banyak tawakkal dalam mengatasi godaan dunia yang fana dan glamor.

Demikian juga, dengan bagian lantai mushala ornament ubin dibiarkan retak-retak, karena terbuat dari potongan bermacam-macam ubin. Ubin retak tersebut menurut Gus Tanto sebagai simbol bahwa santri yang berada di Pesantren ini berasal dari kalangan *preman* yang pernah mengalami keretakan dalam hidupnya. Ornament itu juga untuk menggambarkan betapa Pesantren Istighfar yang bertujuan menyatukan kembali jiwa manusia yang retak. Seretak dan sepecah apapun jiwa manusia kalau ditata kembali masih bisa bermanfaat untuk beribadah kepada Allah SWT. Di dalam mushala juga terdapat tulisan lafad "*Innā lillāhi wa innā illāhi rajiūn*". Tulisan yang dipahat di atas marmer dengan tinta emas ini diartikan bahwa kekuatan dan kesombongan manusia itu tidak ada artinya apa-apa dihadapan Allah, karena semuanya yang ada di dunia akan kembali kepada-Nya.

Keunikan Pondok Pesantren Istighfar yang mempunyai ciri khas berbeda dengan Pesantren pada umumnya. Meskipun demikian, pada dasarnya Pesantren sebenarnya juga merupakan Pesantren yang kepemimpinan yang berpusat pada figur kiyai dan memiliki pola umum serta kehidupan Pesantren. Sehingga masyarakat juga memandang Pesantren Istighfar salah satu alternatif lembaga pendidikan agama dan merubah Akhlakul Karimah.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Hasil Wawancara kepada Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 20.00 WIB

## **B. Aktivitas Terapi *Ẓikr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang**

### **1. Pelaksanaan Pengajian Terapi *Ẓikr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang**

Pelaksanaan pengajian terapi *ẓikr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati dilaksanakan pada hari rabu malam kamis habis salat isya' tempat pelaksanaan pengajian terapi *ẓikr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Pelaksanaan biasanya melakukan aktivitas terapi *ẓikr* dilakukan sebelum dan sesudah pengajian diantaranya:

#### **a. Sebelum Pelaksanaan Pengajian**

Sebelum pelaksanaan pengajian terapi *ẓikr* di Pondok Pesantren Istighfar biasanya kyai, pengurus, maupun santri yang melakukan sebagai berikut:

##### **1) Berwudhu**

Menurut Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) wudhu berarti membersihkan dari segala dosa atau kotoran dalam tubuh manusia. Wudhu diartikan, seperti: *ṣalat* khusyuk. Orang selalu melakukan *ṣalat* khusyuk pasti dalam hidupnya tertib. Coba dilihat dalam kehidupan anak-anak sekolah pada gak tertib karena mereka sendiri tidak khusyuk. Tata cara wudhu menurut beliau dimulai dari membasuh telapak tangan menurut beliau membasuh telapak tangan dapat membersihkan dosa-dosa. Do'anya ya Allah bersihkan telapak tangan, karena

mu dan jaga tanganku untuk selalu melakukan kebaikan dan hindarkan dari yang buruk. Selanjutnya berkumur-kumur menurut beliau berkumur-kumur berniat untuk membersihkan seluruh dalam mulutku dan berniat karena Allah SWT. Dengan berdo'a jagalah mulutku yang selalu berkata yang baik hindarkan dari yang buruk. Selanjutnya, memasukan air kehidung yang bertujuan untuk membersihkan organ hidung. Menurut beliau, memasukan air kehidung itu untuk selalu menjaga nafasku, karenamu ya Allah ketika aku baik maupun buruk.

Selanjutnya, membasuh muka bertujuan untuk membersihkan seluruh wajah. Menurut beliau membasuh muka bertujuan untuk membuat wajahnya untuk Allah dengan berdo'a Ya Allah buat wajahku untuk selalu berseri-seri dan bersinar karenamu Ya Allah. Selanjutnya membasuh kedua tangan itu untuk membersihkan seluruh kedua tangan mulai pergelangan tangan sampai telapak tangan bertujuan untuk menjaga tangan karena Allah dalam melakukan sesuatu kegiatan. Do'anya adalah Ya Rabb jagalah tanganku untuk selalu melakukan kegiatan hindarkan dari keburukan dalam arti mencuri. Selanjutnya, kepala atau ubun-ubun membasuh untuk karena Allah dengan do'a Ya Rabb berikanlah aku selalu berfikiran positif hindarkan dari berfikiran yang

negatif. Selanjutnya membasuh kedua telinga bertujuan untuk Allah. Dengan do'a Ya Rabb, jagalah pendengaranku dari kejelekan dan selalulah berikan pendengar yang kebaikan. Kedua kaki dibasuh bertujuan untuk Allah bertujuan untuk selalu menjaga langkah-langkah ku karena mu Ya Rabb, dimana langkahku kau yang menentukan yang baik dan buruk. Selanjutnya, tertib berarti sejajar atau berurutan dari itu orang dalam kehidupan selalu tertib.<sup>9</sup>

## 2) Tadarus Qur'an

Menurut Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) Tilawat itu didasari dengan niat untuk tilawat, karena tilawat artinya membaca atau mencari ilmu pengetahuan apabila dia bisa mengkaji isi dalam al-Qur'an pasti dia akan mendapatkan ilmu tersebut. Tilawat dapat membuat hati seseorang bisa tenang dan dapat merubah moral seseorang.<sup>10</sup>

## 3) Salaman Tangan

Salaman artinya silaturahmi atau menjalin hubungan yang baik kepada sesama. Menurut Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) bahwa salaman dapat mempererat silaturahmi dan dapat menjalin keluarga, karena dari

---

<sup>9</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 20.00 WIB

<sup>10</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 09 November 2014 jam 20.10 WIB

makna salaman yang bertujuan untuk saling menghargai sesama, walaupun beda derajat kaya maupun miskin hakekatnya kebersamaan.<sup>11</sup>

- 4) Menyanyikan bacaan istighfar
- 5) Membaca kitab yang di dalam mujahadah
- 6) Tahlil
- 7) Do'a

Kata “*do'a*” yang banyak terdapat di dalam al-Qur'an mempunyai banyak pengertian (makna). Menurut Gus Tanto arti *do'a* yakni, sesungguhnya meminta sesuatu yang orang minta, hajat, maupun keberkahan. Seseorang yang berdo'a pasti dia selalu dekat kepada Allah, seperti: *Ar-Rahman* dan *Ar-Rahim*. Orang yang *Ar-Rahman* itu diucapkan dimulut atau media yang digunakan dan *Ar-Rahim* itu didasarkan dengan hati. Apabila kita berdo'a harus didasari keduanya, seperti: *Ar-Rahman* dan *Ar-Rahim* itu sudah di jelaskan dalam al-Qur'an.<sup>12</sup>

b. Sesudah Pelaksanaan Pengajian

- 1) Snack atau makanan ringan
- 2) Minum teh hangat
- 3) Saling sapa atau saling mengenal satu sama lain dengan para santri

---

<sup>11</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 09 November 2014 jam 20.10 WIB

<sup>12</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 09 November 2014 jam 20.20 WIB



- 4) Para santri memasukan air dari gentong ke plastik (air do'a) setelah itu dibagikan kepada para santri.
- 5) Bersalaman kepada pengasuh pondok pesantren tombo ati semarang Kyai Tombo Ati (Gus Tanto).
- 6) Mendengarkan ceramah Kyai Tombo Ati (Gus Tanto).

## 2. Metode Terapi *Ẓikīr*

Metode *ẓikīr* yang diterapkan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati hampir ada kesamaan metode terapi *ẓikīr* dalam Pondok pada umumnya, metode yang diterapkan adalah metode *ẓikīr jali*. Di Pondok Pesantren Istighfar digunakan metode *ẓikīr* yang bertujuan untuk mendidik akhlak para *preman* bisa berakhlakul karimah.

Beberapa metode *ẓikīr* yang diterapkan dalam Pondok Pesantren Istighfar antara lain adalah:

### a. Syahadat

اشهد ان لا اله الا الله واشهد ان محمدا رسول الله

### b. Hadroh

- 1) Hadroh Nabi Muhammad saw
- 2) Hadroh sahabat Abu Bakar As-Shiddiq
- 3) Hadroh sahabat Usman bin Affan
- 4) Hadroh sahabat Umar bin Khattab
- 5) Hadroh sahabat Ali bin Abi Thalib
- 6) Hadroh cucu Nabi Hasan dan Husein
- 7) Hadroh Imam Al-Ghazali

- 8) Hadroh Jalaluddin Rumi
- 9) Hadroh Syech Abdur Qadir Al-Jaelani
- 10) Hadroh waliyullah Sunan Ampel
- 11) Hadroh waliyullah Sunan Bonang
- 12) Hadroh waliyullah Sunan Demak
- 13) Hadroh waliyullah Sunan Kudus
- 14) Hadroh waliyullah Sunan Cirebon
- 15) Hadroh waliyullah Sunan Derajat
- 16) Hadroh waliyullah Sunan Gunung Jati
- 17) Hadroh waliyullah Syech Siti Jenar
- 18) Hadroh keluarga Kyai Tombo Ati (Gus Tanto)
- 19) Hadroh keluarga Santri

c. Mujahadah

إِلَى حَضْرَةِ النَّبِيِّ الْمُصْطَفَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ  
صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَآلِهِ وَأَزْوَاجِهِ وَأَوْلَادِهِ  
وَدُرِّيَّاتِهِ شَيْئٌ لِلَّهِ لَهُمُ الْفَاتِحَةُ  
ثُمَّ إِلَى حَضْرَاتِ إِخْوَانِهِ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ  
وَالْمُرْسَلِينَ وَالْأَوْلِيَاءِ وَالشَّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ  
وَالصَّحَابَةِ وَالتَّابِعِينَ وَالْعُلَمَاءِ الْعَامِلِينَ وَجَمِيعِ  
الْمَلَائِكَةِ الْمُقَرَّبِينَ وَإِلَى رُوحِ سَيِّدِنَا الشَّيْخِ أَحْمَدَ  
بْنِ مُحَمَّدٍ الْجَانِي رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ شَيْئٌ لِلَّهِ لَهُمُ  
الْفَاتِحَةُ ...<sup>١٣</sup>

---

<sup>13</sup> Mengenai bacaan *zikir* bisa dilihat dalam lampiran-lampiran yang ada di belakang.

d. Tahlil

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾ اللَّهُ الصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ

يُولَدْ ﴿٣﴾ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ﴿٤﴾ ٣

X لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ اللَّهُ أَكْبَرُ

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِنْ

شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي

الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴿٥﴾ ٣ X

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ اللَّهُ أَكْبَرُ

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ النَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَهِ

النَّاسِ ﴿٣﴾ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي

يُوسِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٥﴾ مِنَ الْجِنَّةِ

وَالنَّاسِ ﴿٦﴾ ٣ X لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ اللَّهُ أَكْبَرُ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿١﴾ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ

الْعَالَمِينَ ﴿٢﴾ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَلِكِ يَوْمِ

الدِّينِ ﴿٤﴾ إِلَٰكَ نَعْبُدُ وَإِلَٰكَ نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾

أَهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ  
 عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾  
 اَلَمْ ﴿١﴾ ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ ۚ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ  
 ﴿٢﴾ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا  
 رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ﴿٣﴾ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ  
 وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ﴿٤﴾ أُولَٰئِكَ  
 عَلَىٰ هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿٥﴾  
 وَإِلَهُكُمْ إِلَهُ وَاحِدٌ ۖ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ﴿٦﴾  
 اَللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا  
 نَوْمٌ ۚ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۚ مَن ذَا الَّذِي  
 يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا  
 خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ  
 وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا  
 ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ﴿٧٥﴾

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ x ٣  
 أَفْضَلُ الذِّكْرِ فَاعْلَمْ أَنَّهُ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ... لَا إِلَهَ  
 إِلَّا اللَّهُ ... لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ..  
 لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ x ١٠٠  
 لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ... لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ لَا  
 إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ...  
 لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ سَيِّدُنَا مُحَمَّدُ الرَّسُولُ اللَّهُ  
 اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيْهِ  
 وَسَلِّمْ x٢  
 اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ يَا رَبِّ صَلِّ  
 عَلَيْهِ وَسَلِّمْ  
 سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ x٣٣  
 اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى حَبِيبِكَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى إِلِهِ  
 وَصَحْبِهِ وَسَلِّمْ x٢  
 اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى حَبِيبِكَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى إِلِهِ  
 وَصَحْبِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ أَجْمَعِينَ  
 إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا  
 الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

e. Do'a

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ x ٣ يَا مَوْلَانَا يَا مَعْبُودَ اللَّهِ  
 صَلِّ عَلَى حَبِيبِكَ سَيِّدِنَا وَنَبِيِّنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ

وَسَلِّمْ وَرَضِيَ اللَّهُ تَبَارَكَ تَعَالَى عَنْ أَصْحَابِ  
رَسُولِهِ أَجْمَعِينَ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ حَمْدًا شَاكِرِينَ حَمْدًا  
نَاعِمِينَ حَمْدًا يُعَافِعُهُ وَيُكَافِي مَزِيدَهُ يَا رَبَّنَا  
لَكَ الْحَمْدُ كَمَا يَنْبَغِي لِجَلَالِكَ الْكَرِيمِ وَلِعَظِيمِ  
سُلْطَانِكَ

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ الْفَاتِحِ لِمَا أُغْلِقَ  
وَالْخَاتِمِ لِمَا سَبَقَ نَاصِرِ الْحَقِّ بِالْحَقِّ وَالْهَادِي  
إِلَى صِرَاطِكَ الْمُسْتَقِيمِ وَعَلَى آلِهِ حَقَّ قَدْرِهِ  
وَمِقْدَارِهِ الْعَظِيمِ

اللَّهُمَّ تَقَبَّلْ وَأَوْصِلْ ثَوَابَ مَا قَرَأْنَاهُ مِنَ الْقُرْآنِ  
الْعَظِيمِ وَمَا هَلَلْنَا وَمَا سَبَّحْنَا وَمَا اسْتَغْفَرْنَا وَمَا  
صَلَّيْنَا عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ  
هَدِيَّةً وَاصِلَةً وَرَحْمَةً نَازِلَةً وَبَرَكَهَةً شَامِلَةً إِلَى  
حَضْرَةِ حَبِيبِنَا وَشَفِيعِنَا وَفَرَّةِ أَعْيُنِنَا سَيِّدِنَا  
وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَإِلَى جَمِيعِ  
إِخْوَانِهِ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ وَالْأَوْلِيَاءِ  
وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَالصَّحَابَةِ وَالتَّابِعِينَ  
وَالْعُلَمَاءِ الْعَامِلِينَ وَجَمِيعِ الْمَلَائِكَةِ الْمُقَرَّبِينَ  
وَإِلَى رُوحِ سَيِّدِنَا الشَّيْخِ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدٍ  
الْتِّجَانِيِّ ثُمَّ إِلَى جَمِيعِ أَهْلِ الْقُبُورِ مِنَ الْمُسْلِمِينَ  
وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ مِنْ مَشَارِقِ

الْأَرْضَ إِلَى مَغْرِبِهَا بَرَّهَا وَبَحْرَهَا وَإِلَى أَرْوَاحِ  
 آبَائِنَا وَأُمَّهَاتِنَا وَاجْدَادِنَا وَجَدَّاتِنَا وَمَشَايخِنَا  
 وَمَشَايِخِ مَشَايِخِنَا وَأَسَاتِدَاتِنَا وَإِلَى رُوحِ  
 خُصُوصًا اللَّهُمَّ اغْفِرْ لَهُمْ وَارْحَمْهُمْ وَعَافِهِمْ  
 وَاعْفُ عَنْهُمْ اللَّهُمَّ لَا تَحْرِمْنَا أَجْرَهُمْ وَلَا تَقْتُلْنَا  
 بَعْدَهُمْ وَاعْفِرْ لَنَا وَلَهُمْ  
 رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً  
 وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ  
 وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ  
 الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ وَسَلَامٌ عَلَى الْمُرْسَلِينَ  
 وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

### 3. Materi *Ẓikīr*

Materi *ẓikīr* yang dilakukan Pondok Pesantren Istighfar membaca bacaan yang ada di dalam kitab mujahadah versi Pondok Pesantren Istighfar. Di dalam kitab mujahadah versi Pondok Pesantren Istighfar antara lain:

#### a. Syahadat

Menurut Gus Tanto *syahadat* bermakna saya bersaksi tiada tuhan selain Allah. Ketika orang mengucapkan *syahadat* merupakan janji yang suci kepada Allah SWT. Sebelum, syahadat harus melakukan amalan-amalan, seperti: puasa rutin dikarenakan untuk pertanggung

jawaban kepada Allah SWT. *Syihadat* tidak hanya diucapkan dimulut tetapi hati pun tidak bisa merasakan. *Syihadat* dapat dirasakan dimulut dan dihati. Contohnya, Mudin yang menikahkan seseorang. Dalam hal ini *syihadat* sangat penting dalam kehidupan.<sup>14</sup>

Dalil dari Syihadat *Lāilāhaillallāh*. Adapun dalil Syihadat *Lāilāhaillallāh* dalam firman Allah (QS. Ali ‘Imron/ 3: 18) :

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُوا الْعِلْمِ قَائِمًا  
بِالْقِسْطِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (الأعران: ١٨)

“Allah menyatakan bahwasanya tidak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), yang menegakkan keadilan. Para Malaikat dan orang-orang yang berilmu (juga menyatakan yang demikian itu). tak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.” (QS. Ali ‘Imron/ 3: 18)

Dalil *syihadat* adalah ayat agung yang menunjukkan betapa penting *syihadat*, karena merupakan sebuah kesaksian yang sangat agung. Persaksian adalah persaksian tauhid, karena yang bersaksi adalah Allah dan para Malaikat, bahwa tiada *ilah* yang berhak disembah dengan benar, kecuali Allah semata. Di ayat tersebut juga disebutkan bahwa ahli ‘*ilmi* yaitu para Nabi dan ulama

---

<sup>14</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 31 Oktober 2014 jam 19.40 WIB



mempunyai kedudukan yang tinggi dihadapan Allah, karena Allah menyebutkan mereka secara khusus dan tidak menyebutkan manusia lain. Allah menyebutkan mereka secara khusus dan persaksian mereka yang disertakan dengan persaksian para malaikat, maka ayat ini juga bisa dijadikan dalil yang menunjukkan fadhilah ilmu.<sup>15</sup>

Makna *syahadat Lā ilāha illallāh*. *Syahadat* menurut bahasa berarti pemberitahuan tentang apa yang diketahui atau diyakini kebenarannya. *Syahadat* menurut syari'at adalah pengakuan, membenaran dan keyakinan bahwa tidak ada yang berhak disembah kecuali Allah SWT. Jadi, makna *laa ilaaha illallah* ialah keyakinan dan pengakuan bahwa tidak ada *Ilah* yang berhak disembah kecuali Allah kemudian berkomitmen dan mengamalkan tuntunannya. Maka, beribadah hanya kepada Allah dan tidak mempersekutukan-Nya. Allah berfirman (QS. Muhammad/ 47: 19):

فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ  
وَالْمُؤْمِنَاتِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مُتَقَلَّبَكُمْ وَمَثْوَاكُمْ (محمد: ١٩)

*“Maka ketahuilah, bahwa Sesungguhnya tidak ada Ilah (sesembahan, Tuhan) selain Allah dan mohonlah ampunan bagi dosamu dan bagi (dosa) orang-orang mukmin, laki-laki dan perempuan. dan Allah mengetahui tempat kamu*

---

<sup>15</sup> <http://Syahadatain.pdf//.com> diambil pada tanggal 12 november 2014 jam 14.00 wib

*berusaha dan tempat kamu tinggal.”* (QS. Muhammad/ 47: 19)

Kedudukan *Lāilāhaillallāh, lāilāhaillallāh* adalah kalimat yang dikumandangkan oleh kaum muslimin dalam adzan, iqamah, khutbah dan pembicaraan mereka. Karena kalimat ini: bumi dan langit ditegakkan, semua makhluk diciptakan, Allah mengutus Rasul-rasul-Nya, menurunkan kitab-kitab-Nya, menetapkan syari’at-Nya, ditegakkan timbangan dengan adil, diletakkan kitab kumpulan hukum, berdiri pasar surga dan neraka, dan karenanya makhluk terbagi menjadi dua: mukmin dan kafir.<sup>16\</sup>

b. Mujahadah

Arti Mujahadah adalah berkumpul atau bersama-sama di dalam sebuah pengajian. Mujahadah berisi tentang bacaan *istighfar, basmalah, syahadat, ṣalawat, hauqalah, dan do’a selamat*.

Istighfar adalah menundukkan jiwa, hati, dan fikiran kepada Allah seraya memohon ampun dari segala dosa, maka dengan memperhatikan pengertian istighfar nyata bagi mereka bahwa hanya semata-mata menyebut dengan kalimah-kalimah:

استغفر الله العظيم , استغفر الله, استغفر الله  
*Astagfirullāh, astagfirullāh, dan astagfirullāh.*

---

<sup>16</sup> <http://Syahadatain.pdf//.com> diambil pada tanggal 12 november 2014 jam 14.00 wib

Tidak ada gunanya untuk meminta ampun dari Allah, jika tidak disertai oleh hati dan pikiran yang ikhlas. Oleh karena itu, mereka hendaknya membaca istighfar dilakukan bersama-sama oleh lisan yang mengucapkan maupun jiwa yang benar-benar tunduk dan berharap akan memperoleh ampunan.<sup>17</sup>

Keutamaan Istighfar adalah memberikan kenikmatan bagi orang-orang yang suka memohon ampun kepada Allah terhadap dosa dan diantara sifat-sifat orang mukmin yang terpuji yang dapat dikutip dari ayat-ayat, ialah segera mengingat Allah jika pada waktu terperosok ke dalam kancah kejahatan, dan tidak memberikan dirinya lama-lama terbenam dalam kancah kejahatan, namun segera memohon ampun kepada-Nya.

Menurut Gus tanto (Kyai Tombo Ati), Istighfar artinya mohon ampunan yang membuat mati dan hidup. Ketika orang melakukan Istighfar dia beringinan merubah dirinya di jalan kebaikan. Dalam firman Allah (QS. Hūd/ 11: 3):

---

<sup>17</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Dzikir dan Doa (Aspek Hukum dan Adab)*, Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2001, h. 18

وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا  
إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ ۖ وَإِن تَوَلَّوْا  
فَإِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمٍ كَبِيرٍ (هود: ٣)

*“Dan hendaklah kamu meminta ampun kepada Tuhanmu dan bertaubat kepada-Nya. (jika kamu mengerjakan yang demikian), niscaya Dia akan memberi kenikmatan yang baik (terus menerus) kepadamu sampai kepada waktu yang telah ditentukan dan Dia akan memberikan kepada tiap-tiap orang yang mempunyai keutamaan (balasan) keutamaannya. jika kamu berpaling, Maka Sesungguhnya aku takut kamu akan ditimpa siksa hari kiamat.” (QS. Hūd/ 11: 3)*

Basmallah ialah mengharap semoga pekerjaan yang akan mereka kerjakan itu diberkahi Allah dan memohon supaya pekerjaan mereka dapat terlaksana, dan menerangkan bahwa perbuatan yang mereka lakukan atas nama Allah yang berbunyi:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*“Aku mulai amalanku dengan menyebut nama Allah yang pemurah lagi penyayang, bukan dengan namaku aku memperoleh tenaga dan inayah-Nya sendiri. Sekiranya tak ada inayah-Nya tentulah aku tak dapat berbuat apa-apa.*

Hauqalah ialah mengakui bahwa tidak ada yang dapat memalingkan hamba dari maksiat, melainkan dari Allah sendiri yang tidak ada kekuatan bagi hamba untuk

melaksanakan taat melainkan dengan taufiq-taufiqnya yang berbunyi:

لا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم

“Tak ada daya upaya dan tak ada kekuatan, melainkan dengan Allah SWT.”

An-nawari berkata: “*Lā ḥaulā walā quwata illāh billāh.*” kalimat yang dipergunakan untuk menyerahkan diri dan menyatakan bahwa mereka tidak mempunyai hak untuk memiliki suatu urusan. Kalimat yang menyatakan bahwa seseorang hanya tidak mempunyai daya upaya untuk menolak sesuatu kejahatan dan tidak mempunyai daya kekuatan untuk mendatangkan kebajikan kepada dirinya, melainkan dengan *Qudrat Iradat* Allah SWT.<sup>18</sup>

*Ṣalawat* berarti *do'a*, memberi berkah, dan ibadah. *Ṣalawat* Allah kepada hamba-Nya terdiri atas *ṣalawat* khusus dan umum. *Ṣalawat* khusus ialah *ṣalawat* Allah kepada Nabi saw. *Ṣalawat* umum ialah *ṣalawat* Allah kepada hamba yang mukmin. Sesudah itu harus mereka ketahui bahwa arti *ṣalawat* Allah kepada Nabi saw, ialah memuji Nabi saw yang melahirkan keutamaan dan kemuliaan, serta memuliakan dan mendekatkan Nabi kepada diri-Nya. Adapun, pengertian berṣalawat kepada Nabi ialah mengakui Rasul dan memohon kepada Allah

---

<sup>18</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Ibid.*, h. 18-20

semoga Allah melahirkan keutamaan dan kemuliaan yang melahirkan agama islam yang dibawa Nabi saw di atas kemulian Nabi-nabi yang lain.

Dengan memperhatikan makna *ṣalawat* dan kewajiban untuk bersalawat kepada Nabi dapat memperoleh pengertian yaitu kewajiban berusaha mengembangkan cita-cita Nabi saw, agar paham keislaman merata dalam kesegala pelosok alam, karena mereka tidak dipandang telah bersalawat dengan sepenuh hati, sebelum mereka di samping menyebut lafad *ṣalawat* juga berusaha menurut kesanggupan dan untuk melahirkan dan bersinarnya agama yang dibawa Nabi saw. Sedemikian juga, pengertian *ṣalawat* malaikat kepada Nabi yakni, memohon ampun kepada Allah supaya Allah mencurahkan perhatian kepada Nabi dan perkembangan agama.

Al Hulaimy berkata: makna *ṣalawat* kepada Nabi ialah membesarkan karena itu arti *Allāhuma ṣali alā Muḥammadin.*” Ialah *Ya Tuhanku besarkan dan muliakanlah Muhammad, dengan menambah perkembangan agama yang dibawanya, dengan meninggikan sebutan, dengan mengekalkan syariatnya di dunia dan dengan menerima syafa'atnya terhadap*

*ummatnya dan memberikan wasilah dan maqam Mahmud kepadanya di akhirat.*<sup>19</sup>

Menurut Gus Tanto *ṣalawat* artinya mengagungkan nabi saw. Arti *ṣalawat* yakni menjunjung, menghormati, dan lain-lain. Ketika orang *berṣalawat* itu orang bisa mengingat tentang perjuangan Nabi saw dalam merubah akhlak dan mengukuhkan agama Islam. Jadi, *ṣalawat* berarti mengenang maupun menghormati dan menjunjung perjuangan Nabi saw.<sup>20</sup>

#### 4. Manfaat *Ẓikr* Di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati

Menurut pendapat Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) menurut beliau di samping menyembuhkan psikis, *ẓikr* bisa menyembuhkan jiwa seseorang.

Manfaat *ẓikr* menurut beliau antara lain:

- a. Mengalirkan sirkulasi darah keseluruh tubuh yang positif menggantikan yang negatif.
- b. Menenangkan jiwa.
- c. Merubah akhalakul karimah.
- d. Menambah keimanan kepada Allah SWT.
- e. Menyembuhkan segala penyakit dalam tubuh.<sup>21</sup>

---

<sup>19</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Ibid.*, h. 67-69

<sup>20</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 09 November 2014 jam 20.00 WIB]

<sup>21</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 12 November 2014 jam 22.30 WIB

Tetapi, manfaat *zikir* sangat berguna di dalam kehidupan manusia. Apabila mereka dapat mengkaji yang ada di dalam al-Qur'an, maka mereka akan mendapatkan yang sebenarnya makna mengenai *zikir*. Manfaat *zikir* itu dapat menyembuhkan penyakit mental seseorang dan kecemasan seseorang. Apabila seseorang melakukan *zikir* pasti akan mendapatkan kesembuhannya atas Ridha Allah SWT.<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> Hasil Wawancara Dengan Santri Pondok Pesantren pada tanggal 12 November 2014 jam 23.00 WIB



## **BAB IV**

### **TERAPI *ẒIKIR* DI PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR TOMBO ATI SEMARANG**

Pada bab ini, akan diberikan analisis terhadap adanya fungsi dan tujuan, dan faktor serta pengaruh terapi *ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang 2015. Adapun metode yang digunakan untuk menganalisis data hasil penelitian ini adalah menggunakan metode analisa data kualitatif. Proses analisa data yang penulis lakukan menggunakan metode analisa deskripsi kualitatif, dimana penulis menganalisa seluruh data dari hasil penelitian lapangan, tentunya setelah mengalami proses edit data tanpa adanya pengecualian dan untuk lebih memudahkan proses analisa data dan menemukan jawaban dari permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini.

#### **A. Tujuan dan Manfaat Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang**

Dalam kehidupan setiap manusia pasti mengalami cobaan hidup ataupun masalah-masalah hidup. Terkadang sebuah cobaan akan muncul dari apa yang mereka lakukan setiap harinya. Ketika manusia mengalami cobaan hidup pasti mereka merasakan beratnya menjalani kehidupan. Padahal hidup harus dilakukan dengan santai dan menikmatinya. Contoh: dia selalu bingung arah kemana dia melangkah dan bagaimana dia untuk mencapainya. Dalam menghadapi cobaan hidup seseorang dianjurkan untuk

selalu dekat dengan Allah dan agar selalu mengingat kepada Allah dengan cara berzikir.

*Ẓikīr* merupakan aktivitas religius yang paling penting bagi para *sufī*. Untuk mengembangkan diri agar berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Dalam tasawuf tahapan-tahapan (*maqamat*) dalam menempuh jalan para sufi (*salik*) yang harus melewati *maqam*, *ẓikīr* sarana untuk mencapai *ma'rifatullah*. *Ẓikīr* tidak hanya merupakan ucapan-ucapan suci yang dikeluarkan dari mulut tanpa penghayatan sama sekali, tetapi harus dilakukan dengan penuh khusyuk dalam melantunkan bait-bait *ẓikīr*, untuk menuju kehadiran Allah SWT.

Profesor Agha menggambarkan *ẓikīr* sebagai langkah pertama bagi *salik* untuk menempuh perjalanan cinta. Ketika mereka mencintai seseorang, maka terus-menerus akan selalu mengingat dia, dan berkali-kali menyebut namanya. Di antara para *sufī* pada umumnya mengulang-ulang bacaan *ẓikīr*, seperti *Lā Ilāha Illa Allāh* (tiada ada Tuhan selain Allah).<sup>1</sup>

Menurut Ibnu Athaillah bahwa *ẓikīr* adalah membebaskan diri dari sikap lalai dan lupa dengan menghadirkan hati secara terus-menerus bersama dengan Allah SWT. Sebagian kalangan ulama mengatakan bahwa *ẓikīr* adalah menyebut secara berulang-

---

<sup>1</sup> R.N.L.O'rio dan, *Seni Penyembuhan Alami*, terj. Sulaiman Al-Kumayi, Bekasi: Gugus press, 2002, h. 112

ulang dengan hati dan dengan lisan nama-nama Allah, serta seseorang akan dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT.<sup>2</sup>

Para ulama dan para orang-orang ilmu medis telah menemukan penyembuhan yang tepat untuk mengatasi segala cobaan, dan untuk segala penyembuhan seseorang yakni, dengan menggunakan metode *zikir*.

Banyak mejelis taklim dan Pondok Pesantren yang mengadakan pengajian-pangajian rutin setiap minggunya. Contoh: Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang dimana menggunakan metode *zikir* yang bertujuan untuk terapi, maupun untuk menjalin *ukhuwah islamiyah* sesama manusia, dan untuk selalu ingat kepada Allah, serta selalu berakhlak baik, seperti Nabi saw. Ketika melakukan terapi *zikir* seseorang akan mengalami keadaan yang tenang. Sebab, orang yang melakukan kegiatan *zikir* dapat menentramkan hati maupun jiwa seseorang. Para santri mengatakan, *zikir* harus menggunakan keikhlasan yang penuh untuk mendapatkan *Ridha Illahi* (Allah SWT). Tujuannya agar orang selalu ingat kepada Allah SWT.<sup>3</sup>

Di samping untuk memperoleh keridhaan dan memperoleh derajat yang tinggi di sisi Allah. Tujuan utama *zikir* adalah senantiasa bisa secara terus-menerus berhubungan langsung dengan Allah SWT. Dengan begitu, maka dalam

---

<sup>2</sup> Syaikh ‘Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, Jakarta: Qisthy Press, 2011, h. 97

<sup>3</sup> Hasil Wawancara dengan santri Tombo Ati Semarang pada tanggal 08 April 2015 jam 22.00 Wib

keadaan bagaimanapun menjadi sadar dan selalu diperhatikan oleh-Nya. Para sufi menyebutkan bahwa *zikir* adalah *maqam* (stasiun) dimana orang-orang yang telah mencapai Ihsan.<sup>4</sup>

Makna ihsan itu sendiri dijelaskan dalam hadits Nabi saw:

حَدَّثَنِي أَبِي عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: فَاخْبِرْنِي عَنِ الْإِحْسَانِ قَالَ إِنْ تَعْبَدَ اللَّهَ  
كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ يَرَاهَا فَانْهَ يَرَاكَ (رواه مسلم)

*Dari Umar Ra. Ketika Umar Ra bersama Rasulullah ada seorang laki-laki yang bertanya kepada Rasulullah. Orang itu bertanya kepada Rasulullah: “Maka terangkanlah kepada ku tentang ihsan Nabi saw, menjawab: “ Ihsan adalah adanya kamu menyembah Allah seakan-akan kamu melihat kepada-Nya. Bila kamu tidak mampu sesungguhnya Allah itu melihatmu.”<sup>6</sup> (H.R. Muslim)*

Adapun, tujuan terapi *zikir* yaitu untuk mendapatkan hasil ketenangan jiwa dan munculnya ketenangan batin, maka sebagaimana dijelaskan dalam (QS. al-Ra’d/13: 28):

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ  
الْقُلُوبُ (الرعد: ٢٨)

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan

---

<sup>4</sup> M. Arifin Ilham , *Renungan –Renungan Zikir*, Jakarta: Intuisi Press, 2004, h. 108

<sup>5</sup> Imam Abi Husein bin hajjaj Qusairy Nasauri, *Shahih Muslim*, Juz II, Cet I, Mesir: Darul Fikr, 206-261 H, h. 27-28

<sup>6</sup> Achmad Labib Asrori, *Terjemah Hadits Arbain Nawawi*, Surabaya: Al-Miftah, h. 16

*mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Ra’d/13: 28)*<sup>7</sup>

Manfaat *zikir*, pada dasarnya setiap orang ingin mendapatkan kebaikan dan dijauhkan dari kemadharatan. Namun, tidak semua orang menyadari dan mau bersungguh-sungguh dalam mencapai keinginan tersebut. Padahal, Allah telah menjelaskan kunci-kunci kebaikan dalam wahyu-Nya secara jelas dan tegas. Kunci kebaikan itu adalah *zikir* kepada Allah SWT.

*Ẓikr* merupakan pekerjaan yang mulia dan sangat bermanfaat untuk mendekatkan diri pada Allah SWT. Para Imam juga menyebutkan berbagai kemanfaatan *zikir*, termasuk Imam Ibnu Qayyim, menyebutkan bahwa *zikir* mampu mengusir setan, mengalahkan dan menundukkanya, serta menjadikan Allah Ta’ala Ridha<sup>8</sup> Selain itu, manfaat *zikir* adalah untuk menyembuhkan psikis dan *zikir* dapat menyembuhkan jiwa seseorang serta hati seseorang, maka dijelaskan berikut manfaat *zikir*:

1. Mengalirkan sirkulasi darah keseluruh tubuh yang positif menggantikan yang negatif.
2. Meringankan pikiran.
3. Menenangkan jiwa.
4. Menahan emosional.
5. Merubah akhlakul karimah.
6. Menambah keimanan kepada Allah SWT.

---

<sup>7</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur’an, 1984, h. 278

<sup>8</sup> Cahyadi Takariawan dan Ghazali Mukri, *Tazkiyah; Metode Pembersih Hati, Aktivitas Dakwah*, Solo; Era Intermedia, 2003,, h. 129

## 7. Menyembuhkan segala penyakit dalam tubuh.<sup>9</sup>

Sedangkan, Amdjat Al-Hafidh, mengungkapkan bahwa kekuatan *spiritual* akan diperoleh terutama dengan *zikir* al-Asma ul Husna yang di dalamnya mengandung 99 nama Allah. Kekuatan *spiritual* tersebut berupa: 1) ketenangan dan ketentraman, yaitu dengan hilangnya perasaan gelisah, susah, stres dan putus asa, 2) *spirit*, yaitu dengan munculnya gairah hidup dan semangat belajar, serta 3) rasa percaya diri, dengan wujud dari perasaan yakni bahwa Allah akan selalu dapat menolong hamba di kala orang merasa susah.<sup>10</sup>

Maka, penulis menyimpulkan bahwa tujuan dan manfaat melakukan pelaksanaan terapi *zikir* untuk selalu dekat dengan Allah SWT. Suatu ketika manusia akan mengalami cobaan apapun pasti mereka terus ingat kepada Allah, dari mengikuti kegiatan pengajian terapi *zikir* manusia pasti dapat menentramkan jiwa maupun hatinya. *Ẓikir* merupakan metode untuk segala penyembuhan dalam dunia medis maupun non medis.

## **B. Faktor Penghambat dan Faktor Pendukung Terapi *Ẓikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang 2015**

Dalam melakukan suatu kegiatan terapi pasti akan muncul peristiwa yang dapat menghambat maupun mendukung suatu

---

<sup>9</sup> Hasil Wawancara Dengan Gus Tanto (Kyai Tombo Ati) pada tanggal 12 November 2014 jam 22.30 WIB

<sup>10</sup> H .Amdjat Al Hafidh Bsc, *Keistimewaan dan peranan Al-Asmaa-Ul Husnaa di Zaman Modern*, cet-xx, Semarang; Yayasan Majelis Khidmah al-Asmaa-ul Husna, h. 1-2

kegiatan terapi. Contoh, kegiatan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Penulis akan menjelaskan mengenai faktor penghambat dan faktor pendukung dalam terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang sebagai berikut:

## 1. Faktor Penghambat

### a. Dosa yang diperbuat

Islam adalah agama yang mengajarkan mereka untuk selalu mengingat Allah dan melakukan kegiatan baik serta melarang melakukan perbuatan dosa. Dosa merupakan perbuatan yang dimana setiap manusia pasti pernah mengalami, karena dosa perbuatan yang diartikan perbuatan yang jelek maupun yang jahat. Banyak ulama maupun kitab-kitab membahas mengenai dosa serta orang-orang psikolog barat pun membahas mengenai dosa.

Dalam perspektif psikologi, makna dari “merasa berdosa” adalah rasa sakit lantaran kesalahan dan dosa yang sebenarnya tidak pernah dilakukan. Perasaan semacam ini tergolong penyakit kejiwaan. Islam pun juga memberi perhatian khusus terhadapnya. Namun, perlu disadari kalangan psikolog agak berlebihan dalam menafsirkan *fenomena* ini, mereka tidak memisahkan antara perasaan berdosa yang bersifat positif dan negatif.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Ishaq Husaini Kuhsari, *Al-Qur'an & Tekanan Jiwa*, Jakarta: Sadra Press, 2012, h. 118

Menurut Ustad Tombo Ati (Gus Tanto) dosa didasari dengan keterpaksaan melakukan dosa. Dosa pun, ada dua yang mengarah positif dan negatif.<sup>12</sup> Dosa yang positif dia mencuri untuk mencukupi kebutuhan keluarganya dan dosa yang negatif orang tersebut memang hobi melakukan maksiat dengan rasa nikmat dan kesenangan sesaat.<sup>13</sup>

Orang yang sering melakukan maksiat, karena dosa yang dilakukan dapat membahayakan dirinya baik di dunia maupun di akhirat, dan tidak ada yang mengetahui akibat serta pengaruh kecuali dari Allah SWT. Namun demikian, pengaruh maksiat itu dapat dirasakan antara lain:

1. Maksiat dapat melemahkan hati dan badan.
2. Maksiat dapat menimbulkan kerisauan dan kesepian dalam hati.
3. Maksiat dapat mendatangkan kesulitan.
4. Maksiat dapat menimbulkan kegelapan dalam hati<sup>14</sup>

Jadi, pokok dari masalah ini adalah bahwa manusia sejak hidup sampai meninggal hanya untuk keridhaan-Nya. Dosa dapat juga mengubah hati seseorang dari yang sehat menjadi sakit dan lurus menjadi bengkok, karena dosa

---

<sup>12</sup> Hasil Wawancara dengan Ustad Tombo Ati (Gus Tanto) pada tanggal 05 Januari 2015 Jam 20.00 Wib

<sup>13</sup> Hasil Wawancara dengan Santri Tombo Ati pada tanggal 04 Maret 2015 Jam 22.30 Wib

<sup>14</sup> Ibnul Qayyim al-Jauzi, *Terapi Penyakit Hati*, , Jakarta: Tim Qisthi Pres, 2000, h.79-83



membuat hati menjadi keras. Makanan yang bergizi untuk santapan hidup tidak bermanfaat baginya. Sisa penyakit dibadan dan dosa merupakan penyakit hati yang tidak ada obat untuk menyembuhkannya melainkan meninggalkan maksiat.<sup>15</sup>

Selain terapi medis-psikotris dan obat anti stres yang diberikan, Psikoreligius tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan psikoterapi psikiatri, karena dia mengandung kekuatan spiritual / kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme. Ada dua yang berpengaruh dalam penyembuhan yakni, rasa percaya diri (*self confident*) dan optimisme yang merupakan dua hal yang amat esensial bagi penyembuhan, suatu penyakit di samping obat-obatan dan tindakan medis yang diberikan.. Ketika dalam proses terapi *zikir* pasien harus benar-benar menghilangkan segala bentuk kemaksiatan, apabila maksiat masih dilakukan, maka akan mempersulit dalam proses penyembuhan.

Dilihat dari segi medis, psikologis, dan moral agama. Maksiat yang dilakukan akan memberikan pengaruh negatif dalam diri manusia dan mendapat azab dari Allah SWT. Allah berfirman dalam (QS. Asy-Syu'arā'/ 26: 30):

---

<sup>15</sup> *Ibid.*, h. 111

وَمَا أَصَابَكُمْ مِّنْ مُّصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ

كَثِيرٍ ﴿الشُّعَرَاءُ: ٣٠﴾

*“Dan apa saja musibah yang menimpa kamu Maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu).”* (QS Asy-Syu’arā’/ 26: 30)<sup>16</sup>

Apabila manusia terus-menerus melakukan dosa dan tidak mau bertaubat, maka kekufuran yang akan terjadi. Sehingga orang yang bermaksiat akan menjadi hina dihadapan Allah, maka dia tidak dapat memerintahkan makhluk untuk memuliakannya. Bagi orang-orang yang tersesat, karena dosa-dosa yang mereka sebabkan, maka mereka tidak layak memperoleh rahmat yang diminta oleh para malaikat.

Maka, penulis menyimpulkan bahwa dosa yang diperbuat sangat berpengaruh dalam penyembuhan diri manusia. Terkadang dosa itu dilakukan atas dasar niat buruk tetapi ternyata dosa pun juga terkadang dilakukan atas dasar keterpaksaan, semisal, untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Efek samping dalam melakukan dosa orang tersebut selalu merasa gelisah dan hidup tidak tenang. Untuk dapat menyembuhkan penyakit tersebut dengan cara menggunakan metode *zikir*, dengan *zikir* akan

---

<sup>16</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1985, h.788

bermanfaat dalam diri manusia agar selalu dekat terus dengan Allah dan hati serta jiwanya yang senantiasa merasa tentram dan tenang. Dalam hal ini, hidup harus menghindari dengan apa itu dosa, karena dosa merupakan sifat yang tidak baik untuk diri sendiri, orang lain, dan kesehatan dalam dirinya.

b. Putus Asa

Putus asa merupakan sifat dimana orang itu tidak mau berusaha, ataupun takut dengan yang dihadapinya, seperti: orang yang sedang melakukan sesuatu pekerjaan. Dalam psikologi putus asa adalah sikap menyerah total dan merasa sama sekali tidak ada harapan.<sup>17</sup> Terkadang putus asa sering menghantui dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan ataupun pekerjaan. Misalnya, takut karena tidak lulus kuliah maupun turunnya pekerjaan ataupun mencari pekerjaan yang sulit. Pada saat itu hampir mirip dengan kondisi yang dialami pada Pondok Pesantren Tombo Ati Semarang, kebanyakan orang menyebut dengan daerah *preman*, dan semua pekerjaan di daerah Perbalan dikenal jelek dan jahat.<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> <https://psikologi2009.wordpress.com/2012/06/20/psikologi-beda-mengeluh-mental-tidak-tangguh-putus-asa-dan-mental-sukses/> pada tanggal 27 April 2015 jam 14.00 WIB

<sup>18</sup> Hasil Wawancara dengan Santi Tombo Ati Semarang pada tanggal 01 April 2015 jam 22.00 WIB

Putus asa menurut pendapat Gus Tanto (Tombo Ati) Semarang, putus asa merupakan penyakit yang memang ada dalam diri seseorang atau dalam diri sendiri, dikarenakan memang sifat alami manusia.<sup>19</sup> Putus asa juga dapat menghambat seseorang agar selalu dekat dengan Allah dan tidak mau berusaha serta tidak memiliki semangat hidup.

Mereka yakin dengan janji Allah, dan jangan mudah cepat putus asa dengan masalah yang dihadapinya, dan tingkatkan usaha dan kuatkan semangat untuk mengatasinya, firman Allah (QS. Al-Baqarah/ 1: 216):

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا  
شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ  
وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾ (البقرة: ٢١٦)

*“Boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui sedang kamu tidak mengetahui.”* (QS. Al-Baqarah/ 1: 216)

Ujian yang datang juga tandanya Allah sayang kepada hambanya. Jadi, seseorang mengambil waktu yang lama untuk menilai diri sendiri dan meningkatkan

---

<sup>19</sup> Hasil Wawancara dengan Ustad Tombo Ati Semarang pada tanggal 01 April 2015 jam 23.00 WIB

ketakwaan seseorang kepada Allah SWT. mereka melakukan suatu perbuatan untuk mencari Ridha Allah dan berfikir dengan positif, bahwa setiap cobaan datang dari Allah pasti ada hikmah tersendiri.<sup>20</sup>

Seringkali manusia diuji dengan berbagai musibah, berkeluh kesah dan merana. Tetapi mereka tahu bahwa dibalik musibah itu pasti ada hikmah yang sangat besar. Nabi bersabda: *Sesungguhnya, besarnya balasan yang baik kita lakukan maupun orang lain lakukan berarti dengan besarnya ujian dan balasan (tahap ganjaran atau pahala)*. Oleh karena itu, sifat putus asa sangat dibenci Allah, karena putus asa merupakan perbuatan yang tidak terpuji.

Individu yang merasa berpandangan negatif dan pesimis, dan beranggapan kehidupan ini sebagai sesuatu yang buruk, serta dia merasakan semua tekanan hidup benar-benar menyiksa pada saat berhadapan dengan kesusahan ia gampang mudah putus asa. Sebagai seorang yang beragama dan beriman, rasa putus asa hendaknya dihindari. Dalam ajaran Islam tidak membenarkan mengenai putus asa. Manusia diwajibkan berikhtiar (berobat, berdo'a dan berzikir) kepada Allah, soal sembuh

---

<sup>20</sup> Syaikh 'Abdul Qasir Isa, *Hakekat Tasawuf*, Jakarta:Qisthi Press, 2011, hal. 202

atau tidak (Allah yang menentukan-Nya.<sup>21</sup> Sebagaimana firman Allah (QS. Az-Zumar/ 39: 53):

﴿ قُلْ يَعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴾  
(الزمر: ٥٣)

*Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang".* (QS. Az-Zumar/ 39: 53)<sup>22</sup>

Seseorang yang merasa putus asa dari berzikir kepada Allah, maka akan putus harapan yang dia inginkan, karena berzikir merupakan sarana untuk mengingat Allah SWT. Apabila dia telah melalaikan Allah, maka dia pun enggan ingat kepada-Nya. *Zikir* sebaiknya dilakukan secara istiqamah, apabila dalam pengobatan terapi *zikir* pasien melakukan tidak istiqamah, tentu akan menghambat dalam proses penyembuhan. Pasien yang banyak melakukan dosa akan menimbulkan penyakit, tentu

---

<sup>21</sup> Ishaq Husaini Kuhsari, *Ibid.*, h. 112

<sup>22</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1985, h. 753

pengampunannya memerlukan waktu yang lama, sehingga diperlukan terapi *zikir* yang *intensif*.<sup>23</sup>

Maka, penulis menyimpulkan bahwa putus asa itu perbuatan yang tidak terpuji, dikarenakan orang yang putus asa tidak mau berusaha selalu merasa pesimis melakukan kegiatan sesuatu. Padahal, putus asa itu sendiri sangat rentang dalam kesehatan seseorang dan penyakit akan muncul atau timbul yang disebabkan dari sifat putus asa, karena dari terapi *zikir* seseorang akan mulai sadar untuk selalu ingat atau mengingat Allah SWT.

c. Makanan Haram

Haram berarti larangan (dilarang oleh agama). Makanan dan minuman haram adalah makanan dan minuman yang dilarang oleh agama untuk dikonsumsi manusia. Makanan Haram dapat menghambat seseorang untuk selalu berzikir kepada Allah, karena makanan haram memang di samping tidak menyehatkan, juga akan meningkatkan emosional sehingga potensial marah ataupun adrenalin akan terus muncul. Misalnya, para santri Tombo Ati mereka dahulu merasakan makan dan minum yang haram, karena zaman dahulu orang-orang tersebut

---

<sup>23</sup> In'amuzzahidin Masyhudi, *Berdzikir & Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, h. 111

adalah *preman*. Sebenarnya, orang-orang tersebut melakukan itu dikarenakan ada sebuah tekanan hidup.<sup>24</sup>

Menurut Ustad Tombo Ati bahwa makanan haram memang tidak baik dalam kehidupan manusia, karena makanan haram dan minum haram orang tersebut hatinya akan diselimuti kegelapan, dan hatinya lama-lama akan mengeras, serta timbul namanya penyakit hati. Orang yang udah terkena penyakit hati dapat diobati dengan cara berzikir kepada Allah, maka hal ini makanan haram dan minuman haram sangat menghambat di dalam melakukan terapi *zikir* di Pondok.<sup>25</sup>

*Zikir* dapat melenyapkan endapan-endapan busuk yang ditinggalkan oleh makanan yang berlebih-lebihan. Orang yang senantiasa menelan makanan haram, *zikirnya* tidak dapat melenyapkan endapan-endapan busuk dari tubuhnya. Allah mengisyaratkan bahwa bangkai, daging sapi, darah, dan binatang yang disembelih tanpa menyebut asma Allah dinyatakan haram. Sebagaimana Allah dalam firman-Nya .”(QS Al-Maidah / 5: 3):

---

<sup>24</sup> Hasil Wawancara dengan Santri Tombo Ati pada tanggal 08 April 2015 jam 22.00 WIB

<sup>25</sup> Hasil Wawancara dengan Ustad Tombo Ati (Gus Tanto) pada tanggal 08 April 2015 jam 23.00 WIB



حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أَلْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ  
 بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ  
 السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا  
 بِالْأَزْلَمِ ۚ ذَٰلِكُمْ فِسْقٌ ۗ الْيَوْمَ يَيسَّرُ لِلَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ  
 فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ ۗ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتِمَمْتُ  
 عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا ۚ فَمَنِ اضْطُرَّ فِي  
 مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ ۖ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (المائدة: ٣)

“Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging  
 babi, (daging hewan) yang disembelih atas nama selain  
 Allah, yang tercekik, yang terpukul, yang jatuh, yang  
 ditanduk, dan diterkam binatang buas, kecuali yang  
 sempat kamu menyembelinya, dan (diharamkan bagimu)  
 yang disembelih untuk berhala. dan (diharamkan juga)  
 mengundi nasib dengan anak panah, (mengundi nasib  
 dengan anak panah itu) adalah kefasikan. pada hari ini,  
 orang-orang kafir telah putus asa untuk (mengalahkan)  
 agamamu, sebab itu janganlah kamu takut kepada mereka  
 dan takutlah kepada-Ku. pada hari ini telah  
 Kusempurnakan untuk kamu agamamu, dan telah Ku-  
 cukupkan kepadamu nikmat-Ku, dan telah Ku-ridhai Islam  
 itu Jadi agama bagimu. Maka barang siapa terpaksa  
 karena kelaparan tanpa sengaja berbuat dosa,

*Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.*”(QS Al-Maidah / 5: 3)<sup>26</sup>

Begitu pula dengan meminum khamer merupakan perbuatan keji maupun perbuatan syaitan. Sebagaimana dalam firman Allah (QS. Al-Maidah 90):

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَمُ

رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٩٠﴾

(المائدة: ٩٠)

*“Hai orang-orang yang beriman, Sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah Termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan”.*(QS. Al-Maidah/ 5 :90)<sup>27</sup>

Seiring dengan penemuan ilmiah dari ayat tersebut mempunyai isyarat, selain diharamkan makanan haram yang telah disebutkan, maka dapat melemahkan jantung, merusak hati dan berbagai penyakit lainnya. Amal manusia akan menjadi rusak apabila makanan yang dikosumsinya atau mendapatkan dari sumber yang haram dan *subhat*. Apabila memakan yang haram dalam keadaan sadar dan disengaja, maka akan berdosa di samping hati akan

---

<sup>26</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, Jakarta, 1985, h. 157

<sup>27</sup> *Ibid.*, h. 176

menjadi gelap. Tetapi jika makanan dari sumber yang *subhat*, maka hati mereka akan menjadi gelap akibat makanan tersebut. Semua ini diakibatkan, karena perut mempengaruhi daya terhadap jasad secara keseluruhan. Apabila makanan yang dimakan yang diperoleh secara halal, maka menyebabkan jasad tumbuh sehat, sehingga terpenuhi seluruh anggota badan untuk mendapatkan keridhaan Allah SWT.

Saad bin Waqas bertanya kepada Rasulullah saw, *“Ya Rasulullah, aku Saad, tinggalkan makanan yang haram, maka sesungguhnya tiap perut yang telah dimasukkan makanan yang haram, maka tidak diterima doanya selama empat puluh hari”*.<sup>28</sup>

Jadi, memakan barang haram, meminum, serta memakai, ataupun memberikannya akan menjadi penyebab utama yang tidak diterimanya amal ibadah seseorang. Dalam kesehatan, makanan dan minuman yang haram dapat menurunkan imunitas tubuh atau daya tahan tubuh.

Menurut Jamaluddin Mahran, bahwa orang itu tidak mengetahui akibat dari mengkonsumsi makanan dan minuman. Contoh: makan daging babi dan minum khamar.

Dalam kesehatan makanan dan minuman haram dapat mengakibatkan darah diseluruh tubuh terpenuhi

---

<sup>28</sup> Muhammad Al-Fateh, *Rahasia dan Keutamaan Dzikir*, Lintas Jakarta: Pustaka, 2003, h. 112

penyakit, alat pencernaan terganggu, ginjal, emosional tinggi, buruk pada hati, dan sistem syaraf terganggu. Maka, dalam hal ini jangan makan-makanan haram dapat membuat kesehatan menjadi sakit dan bisa mengurangi ibadah kepada Allah SWT.<sup>29</sup>

Maka, penulis menyimpulkan bahwa makanan dan minuman haram sangat menghambat dalam rangka untuk selalu *zikir* kepada Allah dan orang yang makan dan minum haram akan timbul segala penyakit termasuk juga penyakit hati.

## 2. Faktor Pendukung

### a. Niat

Secara etimologi, kata *niyyatun* atau *an-niyyatul* yang identik dengan *al-qashdu*, *al-'azimah*, *al-himmah*, yang artinya maksud, keinginan, kehendak, keinginan yang kuat, dan menyengaja. Menurut asas Islam, orang yang melakukan dengan niat, maka ibadahnya dapat diterima dengan sah.<sup>30</sup>

Menurut jumhur ulama, niat berarti wajib, dalam ibadah. Niat merupakan syarat sahnya suatu ibadah. Sedangkan, niat dalam masalah muamalah dan adat kebiasaan, jika bermaksud untuk memperoleh keridhaan

---

<sup>29</sup> Jamaluddin Mahran, dkk, *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-Obatan*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006, h. 450-465

<sup>30</sup> In'amuzzahidin Masyudi, *Ibid.*, h. 108

dari Allah dan mendekatkan diri kepada Allah, maka diharuskan untuk memakai niat.<sup>31</sup>

Dalam kehidupan niat sangat berperan penting dalam kehidupan seseorang dan niat pun juga sangat mendukung seseorang untuk melakukan sesuatu pekerjaan. Misalnya, para Santri di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Semua Santri dahulu terkenal dengan nama *preman*. Sebenarnya, seseorang melakukan itu didasarkan dengan kebutuhan yang cepat,. Setelah mengikuti majelis pengajian di Pondok Pesantren Istighfar kini hatinya mendapatkan hidayah dari Allah, maka mereka ingin atau berniat untuk merubah akhlak mereka untuk selalu berzikir kepada Allah SWT<sup>32</sup>.

*Ẓikīr* dapat pula berfungsi sebagai *Placebo*. Fungsi *ẓikīr*, seseorang yang mengetahui bahwa dia sedang dido'akan dan dapat menghimpun energi penyembuhan, pengaruh *ẓikīr* itu berasal dari dalam diri pasien. Dalam cabang ilmu *neuroimmunologi*, yaitu ilmu yang mempelajari hubungan antara bagian otak yang berinteraksi dengan pikiran, emosional dan sistem-sistem saraf serta kekebalan. Berdasarkan teori ini, dapat diketahui bahwa pikiran seseorang yang sedang dido'akan

---

<sup>31</sup> In'amuzzahidin Masyudi, *Ibid.*, h. 108

<sup>32</sup> Hasil Wawancara dengan Ustad Tombo Ati dan Satri Tombo Ati pada tanggal 10 April 2015 Jam 22.30 WIB

akan mempengaruhi kondisi biologis seseorang, karena hal ini dipengaruhi oleh sugesti orang tersebut.<sup>33</sup>

b. Taubat

*Taubat* merupakan awal seseorang yang ingin kembali suci kepada Allah dari dosa-dosa yang dilakukan dan diperbuat selama hidupnya. *Taubat* di dalam syariat islam digunakan sebagai metode yang bagus untuk menyadarkan seseorang, seperti: para santri di Pondok Pesantren Istighfar, bahwa orang preman melakukan sesuatu itu didasari dengan tekad yang kuat dan tidak mengenal namanya dosa. *Taubat* sangat mendukung di daerah Pesantren, dikarenakan orang tersebut dapat dibukakan pintu hidayah dan ingin bertaubat.

Menurut Ustad Tombo Ati mengatakan bahwa *taubat* itu dilaksanakan dengan keikhlasan untuk selalu mengingat Allah maupun berzikir kepada Allah SWT. Pada zaman dahulu orang-orang pun enggan atau tidak mau bertaubat, dikarenakan mereka sudah menyukai hobi mereka menjadi *preman*. Tetapi, sedikit demi sedikit orang-orang berkenan dan mau menjadi pribadi yang berakhlak mulia kepada Allah SWT<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup> Moh. Sholeh, *Tahajjud: Manfaat praktis Ditinjau dari Ilmu Kedokteran*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta: 2003. h. 124

<sup>34</sup> Hasil Wawancara dengan Ustad Tombo Ati pada tanggal 04 April 2015 jam 22.00 WIB dan hasil wawancara dengan santri pondok pada tanggal 05 April 2015 Jam 20.00 WIB

Menurut Imam Nawawi taubat dari setiap dosa adalah wajib. Jika maksiat yang dilakukan oleh seorang hamba adalah antara dia dan Allah serta tidak ada sangkut pautnya dengan hak lain. Maka, ada tiga syarat bertaubat yang harus dipenuhi yaitu:

- 1) Dia harus menghentikan maksiat
- 2) Dia harus menyesali perbuatan yang terlanjur dilakukannya
- 3) Dia harus berniat dengan sungguh-sungguh untuk tidak mengulangi perbuatan itu kembali.<sup>35</sup>

Kemudian, kesempurnaan dalam melaksanakan *zikir* atau ibadah agar diterima oleh Allah dengan melakukan *taubat* terlebih dahulu, karena selama ini manusia masih bergelimangan dosa, maka pintu hijab antara hamba dan tuhan masih tertutup. Manusia hendaknya bertaubat memohon ampun kepada Allah atas segala kesalahan dan dosa yang pernah dilakukan, baik secara sengaja maupun lupa dan untuk segera menyesali, serta tidak akan mengulangi lagi. Orang seperti ini akan diterima *taubat* seperti firman Allah (QS. Al-Maidah/ 5 : 39):

---

<sup>35</sup> Syaikh ‘Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, Jakarta: Qisthi Press, 2011, h. 194

فَمَنْ تَابَ مِنْ بَعْدِ ظُلْمِهِ وَأَصْلَحَ فَإِنَّ اللَّهَ يَتُوبُ  
عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿٣٩﴾ (المائدة: ٣٩)

*Maka Barangsiapa bertaubat (di antara pencuri-pencuri itu) sesudah melakukan kejahatan itu dan memperbaiki diri, Maka Sesungguhnya Allah menerima taubatnya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (QS. Al-Maidah/ 5: 39)*

Maka, seorang yang sedang berzikir tentu melepaskan diri dari pikiran yang berorientasi dunia. Manakala, manusia berzikir berhadapan dengan tuhan. Misalnya, apabila ada orang yang melakukan dosa secara terus-menerus hingga menjelang ajalnya baru menyatakan penyesalan dan minta ampun kepada Allah, maka taubatnya tidak diterima oleh Allah SWT. Begitu juga orang yang tadinya kafir lalu masuk Islam, kemudian kembali hidup dengan ajaran-ajaran kekafiran yang ditentang Islam, walaupun dia mengakui sebagai muslim, orang tersebut munafik yang taubatnya tidak diterima oleh Allah SWT. Seorang yang sedang berzikir, tentu melepaskan diri dari pikiran yang berorientasi dunia atau materi, manakala manusia berzikir berhadapan dengan Tuhan, tetapi dalam dirinya telah terjerumus ke dalam dosa.



*Taubat* (yaitu) meninggalkan dosa yang telah diperbuat. Para Ahli Jiwa (*psikolog*) mengakui bahwa *taubat* merupakan sarana pengobatan untuk menanggulangi gangguan kejiwaan (*stres*) yang baik. Dengan mengagungkan asma Allah dan takut akan murka Allah, maka diperlukan *taubat*, sehingga ketika berzikir menghadap Tuhan akan kembali suci. *Taubat* memegang peranan penting bagi amaliah *zikir*, agar *zikir* tersebut senantiasa dihadapkan kepada Allah SWT.<sup>36</sup>

Oleh karena itu, penulis menyimpulkan bahwa *taubat* merupakan metode penghapusan dosa. Setiap Pesantren yang beragama islam, menggunakan metode *taubat* untuk pembersihan jiwa seseorang kembali suci, dan selalu berzikir kepada Allah SWT. *Taubat* sangat mendukung dalam pelaksanaan kegiatan *zikir* di Pondok Pesantren dan akan selalu mengingatkan seseorang untuk *berzikir* kepada Allah SWT.

c. Khusyuk

Setelah *niat* dan *taubat* pasti seseorang melakukan khusyuk dalam ibadahnya. Menurut Ustad Tombo Ati, bahwa khusyuk sendiri merupakan sebuah ketenangan hati menghadap Allah dengan ibadah-Nya. Misalnya, orang berzikir kepada Allah seseorang tak

---

<sup>36</sup> In'amuzzahidin Masyhudi, *Berdzikir & Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, h. 84

menghiraikan hanya Allah yang dihadapannya.<sup>37</sup> Dari hasil khusyuk seseorang bisa mengendalikan emosional dalam diri dan seseorang dalam hidupnya serta mau bersabar menghadapi sesuatu.<sup>38</sup>

Khusyuk juga memegang peranan penting dalam ritual *zikir*, Khusyuk berarti jiwa raganya tunduk dan penuh taat dalam melakukan *zikir* kepada Allah SWT. Raga tenang dan menunduk, karena merasa rendah dihadapan-Nya seraya mengucapkan puji-pujian dan keagungan asma Allah. Sedangkan, hatinya penuh rasa harap, cemas, takut, merasa dirinya penuh dosa dan merasa kecil dihadapan-Nya. Suasana mendukung terciptanya pelaksanaan lahir maupun batin dalam melakukan *zikir* secara khusyuk. Rasa khusyuk ini akan menimbulkan rasa serius berzikir kepada Allah, sehingga akan berdampak pada sikap mediatif yang menimbulkan dampak yang positif pada kesehatan jiwa seseorang.<sup>39</sup>

Maka, penulis menyimpulkan bahwa khusyuk adalah ketenangan jiwa yang harus setiap manusia miliki. Dari sebuah kekhusyukkan seseorang mampu bersabar dalam menghadapi cobaan. Khusyuk itu sendiri sangat

---

<sup>37</sup> Hasil Wawancara Dengan Ustad Tombo Ati pada tanggal 15 April 2015 Jam 21.00 WIB

<sup>38</sup> Hasil Wawancara Dengan Santri Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang pada tanggal 17 April 2015

<sup>39</sup> In'amuzzahidin Masyhudi, *Berdzikir & Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, h. 120

berperan penting untuk melakukan ibadah kepada Allah termasuk juga berzikir kepada Allah SWT.

### **C. Pengaruh Terapi Zikir dalam Tinjauan Pengobatan Medis**

*Zikir* merupakan suatu metode untuk selalu ingat atau mengingat Allah SWT. Ketika seseorang mau mengingat Allah, maka orang tersebut akan selalu melakukan perbuatan di jalan Allah SWT. Manusia terkadang lupa berzikir kepada Allah, karena mereka sibuk dengan kegiatan duniawi. Tetapi seseorang akan kembali ingat di kala seseorang mengalami masalah saja. Padahal, Rasulullah menganjurkan para kaumnya untuk selalu ingat kepada Allah dalam keadaan senang maupun sedih. Nantinya, hidup seseorang akan nikmat menghadapi kehidupan di dunia. Banyak Pondok Pesantren menggunakan metode *zikir* yang sebagai pengobatan atau pembersihan jiwa ataupun penyakit hati. Beberapa para guru besar yang menjelaskan mengenai pengertian *zikir* sebagai berikut:

*Pertama*, menurut Aboe Bakar Atjeh, *zikir* adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mensucikan Tuhan dan membersihkannya dari pada sifat-sifat yang tidak layak untuknya. Selanjutnya memuji dengan puji-pujian dan sanjung-sanjungan

dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>40</sup>

*Kedua*, menurut Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqi, *zikir* adalah menyebut Allah dengan membaca *tasbih* (*subḥānāllāh*), membaca *taḥlil* (*lāilahailallāh*), membaca *taḥmid* (*alḥamdulillāh*) membaca *taqdies* (*quddūsun*), membaca *takbir* (*Allāhu Akbar*), membaca *hauqalah* (*lā haula wa lā quwata illā billāhi*) membaca *hasbalah* (*ḥasbiyallāhu*), membaca *basmalaḥ* (*bismillāhirraḥ mānirraḥīm*), membaca al-Qur'anul Majied dan membaca *do'a-do'a* yang ma'tsur, yaitu *do'a-do'a* yang diterima dari Nabi saw.<sup>41</sup>

*Ketiga*, menurut Amin Syukur dan Fatimah Usmani, *zikir* adalah perilaku yang diperlihatkan seseorang dalam bentuk duduk dan sambil berkomat-kamit. Al-Qur'an memberikan petunjuk, bahwa *zikir* itu bukan hanya berkomat-kamit yang ditampilkan saja, tetapi *zikir* lebih dari itu. *Ẓikir* yang bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif.<sup>42</sup>

*Ẓikir* selain untuk mengingat Allah, namun *zikir* juga berpengaruh untuk penyembuhan. Dipandang dari sudut kesehatan jiwa, *do'a* dan *zikir* mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam. Psikoreligius tidak kalah pentingnya dibandingkan

---

<sup>40</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tharekat*, Solo: Ramadhani, 1992, h. 276

<sup>41</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Doa*, Semarang: Pustaka Rizqi Putra, 1997, h. 36

<sup>42</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil (Paket Pelatihan Seni Menata Hati)*, Semarang: CV. Bima Sejati, 2005, h. 29

dengan psikoterapi psikiatri, karena dia mengandung kekuatan spiritual atau kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme. Dua hal ini yaitu percaya diri dan optimisme, merupakan dua hal yang amat esensial bagi penyembuhan suatu penyakit di samping obat-obatan dan tindakan medis yang diberikan.<sup>43</sup>

Misalnya, penelitian Levin dan Vanderpool, mengenai bacaan *zikir* terhadap penyakit jantung, dalam kegiatan keagamaan dilakukan berupa berdo'a dan berzikir. Akan tetapi, seseorang melakukan itu terus menerus ternyata akan memperkecil resiko seseorang yang menderita penyakit pembuluh darah dan kemudian orang tersebut sembuh dari penyakit jantung.<sup>44</sup>

Tujuan dan manfaat *zikir* pun banyak sekali yang mereka ketahui dari para ulama dan dari ilmuwan barat mengakui pengobatan *zikir* yang digunakan orang-orang islam. Tujuan melakukan *zikir* untuk selalu dekat dan mengingat Allah SWT. Kemudian, manfaat *zikir*, pada dasarnya setiap orang ingin mendapatkan kebaikan dan dijauhkan dari kemadharatan. Namun, tidak semua orang menyadari dan mau bersungguh-sungguh dalam mencapai keinginan tersebut. Padahal Allah telah menjelaskan kunci-kunci kebaikan dalam wahyu-Nya secara jelas dan tegas. Kunci kebaikan itu adalah *zikir* kepada Allah SWT.

---

<sup>43</sup> Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir (Sebagai Pelengkap Terapi Medis)*, Jakarta: Dana Bhakti Prima, 1997, h. 8

<sup>44</sup> Dadang Hawari, *Ibid.*, h. 11

Selain itu, manfaat *zikir* adalah untuk menyembuhkan psikis dan *zikir* bisa menyembuhkan jiwa seseorang serta hati seseorang.

Maka, penulis menyimpulkan bahwa *zikir* sangat berpengaruh untuk kesembuhan seseorang yang sedang sakit. *Ẓikr* selain untuk mengingat Allah *zikir* pun juga digunakan untuk pengobatan. Pengaruh dari *zikir* yaitu untuk menyembuhkan penyakit psikis, dan dapat merubah akhlak yang tercela menjadi akhlak yang mulia dihadapan Allah, serta membersihkan hati dari penyakit hati. Banyak orang yang melakukan *zikir* di samping untu mengingat Allah dan untuk selalu mendapatkan keridhaan Allah SWT.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

*Ẓikīr* merupakan metode dimana seseorang melakukan kegiatan untuk selalu mengingat Allah SWT. Ketika seseorang melakukan *ẓikīr*, maka seseorang akan mendapatkan ketenangan jiwa, maupun bisa menyembuhkan diri seseorang dan sekaligus dapat merubah akhlak seseorang dari yang tercela menjadi akhlak yang terpuji.

Kemudian, peneliti akan menyimpulkan dari beberapa masalah yang ada dalam sebuah kegiatan terapi *ẓikīr* yang dilakukan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Tahun 2015:

1. Pengaruh terapi *ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang itu ada pengaruhnya dalam faktor kesehatan para santri. Pengaruhnya untuk menyembuhkan dan mengingat Allah selain itu bisa merubah akhlak mereka dikarenakan santri yang mengikuti pengajian kebanyakan orang-orang preman. Namun, perkembangan sekarang banyak mengikuti bukan hanya dari orang-orang preman saja tetapi mencakup semua kalangan ada yang dari pedagang maupun bekerja menjadi profesi.
2. Mengenai pelaksanaan terapi *ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang itu dilaksanakan acara itu pada

setiap seminggu sekali pada hari rabu malam kamis. Sebelum dan sesudah pelaksanaan pasti ada dalam suatu kegiatan. Sebelum ikut pengajian santri dianjurkan untuk berwudhu dan sesudahnya itu santri bersilaturahmi dengan sesama santri saling mengenal maupun saling tukar pengalaman. Kemudian itu, santri mendengarkan ceramah Ustad Tombo Ati Semarang.

3. Mengenai materi maupun metode yang ada di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Materi dan metode yang digunakan di Pondok (Tombo Ati) sama dengan Pondok-Pondok lain tetapi ada sedikit perbedaan dalam lafad maupun isi sekaligus metodenya. Materi dan metode yang digunakan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang di dalam bacaan tersebut berisi bacaan istighfar, mujahadah, tahlil, dan do'a.

Ketika semua itu, maka santri yang ada Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang sekarang mulai banyak mengikuti pengajian, karena para santri sangat cocok maupun sangat senang dalam mengikuti pengajian terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Dalam hal ini, peneliti sangat senang meneliti yang ada Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang, karena mendapatkan wawasan yang banyak dan mendapatkan ilmu pengetahuan yang bertambah selain dari kampus serta ikut menjalani kegiatan Terapi *Žikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati.



## **B. Saran-saran**

Berdasarkan realitas yang ada pada Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang. Maka, terdapat beberapa saran yang perlu penulis sampaikan kepada lembaga ini. Saran-saran tersebut sebagai berikut:

1. Letak tempat pelaksanaan terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati jauh dari jangkauan tengah kota. Jadi, para santri yang mengikuti hanya sebagian santri-santri yang lama mengajak teman-teman untuk mengikuti pengajian terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang.
2. Kurangnya santri yang mengikuti terapi *zikir*. Santri yang mengikuti hanya sedikit aja yang mengikutinya. Apabila yang mengikuti banyak pasti efektif sekali untuk penyembuhan dan mendapatkan teman atau saling menyapa.
3. Terlalu cepatnya atau terlalu selesainya pengajian terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati, seharusnya agak lama melakukan pengajian terapi *zikir*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M. Afif, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003
- Arvitasari, Nurul Wahyu, “*Terapi Žikir Bagi Kesehatan Menurut Ustad H. Hariyono*”, Semarang: Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2008
- Arikunto, Suharsimi, *Metode Penelitian Suatu pendekatan Praktek*, Edisi Revisi, Jakarta: Rineka Cipta, 1998
- Atjeh, Aboe Bakar, *Pengantar Ilmu Tharekat*, Solo: Ramadhani, 1992
- Asrori, Achmad Labib, *Terjemah Hadits Arbain Nawawi*, Surabaya: Al-Miftah, 1999
- Azwar, Syaifuddin, *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998
- Bukhori, Baidi, *Žikir al-Asma’ al-Husna: Solusi Atas Problem Agresivitas Remaja*, Semarang: Rasail, 2008
- Cahyadi Takariawan dan Ghazali Mukri, *Tazkiyah; Metode Pembersih Hati, Aktivitas Dakwah*, Solo; Era Intermedia, 2003
- Consuelo G. Sevilla, dkk, *Terjemah. Alimudin Tuwu, “Pengantar Metode Penelitian”*, Jakarta: UI Press, 1993
- Dadang Hawari, *Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, cet-V, Yogyakarta; PT. Dana Bakhti Prima Yasa, 1997
- Dahlan, Abdul Aziz, *Ensiklopedi Hukum Islam*, Jilid 6, cet-5, Jakarta: PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, 2001
- Depag RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, Bandung: CV Diponegoro, 2000

Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, 1984

Fajri, Nurul, *Terapi Zikir Terhadap Korban Ketergantungan Zat Psikotropika Di Pondok Pesantren Al-Islamy Kalibawang Kulonprogo Yogyakarta*, Semarang: Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2005

Fateh, Al, Muhammad, *Rahasia dan Keutamaan Dzikir*, Lintas Jakarta: Pustaka, 2003

Habib, Al, Alwi bin Ahmad, *Syarah Ratib Al Haddad*, (Penerjemah: H.M. Al-Hamid Al Husaini), Bandung: Pustaka Hidayah, 2000

Hafidh, Al, Amdjat, *Keistimewaan dan peranan Al-Asmaa-Ul Husnaa Di Zaman Modern*, cet-xx, Semarang; Yayasan Majelis Khidmah al-Asmaa-ul Husna, 2006

Jauzi, Al, Ibnul Qayyim, *Terapi Penyakit Hati*, , Jakarta: Tim Qisthi Pres, 2000

Ilham, M. Arifin, *Renungan –Renungan Zikir*, cet, Jakarta: Intuisi Press, 2004

Imam Abi Abdillah Muhammad bin Ismail bin Ibrahim, *Shahih Al Bukhari*, Juz 7, Beirut: Dar Al Fikr, t. th, 1998

Imam Abi Husein bin hajjaj Qusairy Nasauri, *Shahih Muslim, Juz II, Cet I*, Mesir: Darul Fikr, 206-261 H

Kuhsari, Ishaq Husaini, *Al-Qur'an & Tekanan Jiwa*, Jakarta: Sadra Press, 2012

Mahrn, Jamaluddin, dkk, *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-Obatan*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006

Masyhudi, In'amuzzahidin, *Berzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006

- Misiak, Henry, dkk, *Psikologi Fenomenologi, Fenomenologi, Eksistensial, dan Humanistik (Suatu Survei Histori)*, Bandung: PT. Refika Aditama, 2005
- Moleong, Lexy, *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009
- Moh. Sholeh, *Tahajjud: Manfaat praktis Ditinjau dari Ilmu Kedokteran*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta: 2003
- Mulyana, Deddy, *Metode Penelitian Kualitatif, paradigma baru ilmu komunikasi&sosial lainnya*, Bandung: PT Rosda Karya, 2006
- Najar, An, Amin, *Psikoterapi sufistik Dalam Kehidupan Modern*, cet-1, Bandung: PT. Mizan Republika, 2004
- R.N.L.O'riodan, *Seni Penyembuhan Alami*, terj. Sulaiman Al-Kumayi, Bekasi: Gugus press, 2002
- Salim, Muhammad Ibrahim, *Pengobatan Qur'ani (Menyembuhan Penyakit Melalui Pendekatan Medis & Agama)*, Bandung: MMU, 2006
- Samarqanti, As, Abu Laits, *Terjemah Tanbihul Ghafilin (Peringatan Bagi Orang-Orang Yang Lupa)*. Diterjemahkan oleh Muslich Shabir, Semarang: PT. Toha Putra, 2005
- Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al Misbah*, Volume 11, Jakarta; Lentera Hati, 2003
- Sakandari, Al, Ibnu 'Athaillah, *Terapi Makrifat (Zikir Menenteram Hati)*, Jakarta: PT Ikrar Mandiri Abadi, 2011
- Shiddieqy, Ash, Hasbi, Teungku Muhammad, *Pedoman Dzikir dan Doa*, Semarang: Pustaka Rizqi Putra, 1997
- Subagyo, Joko, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991

Syaikh 'Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, Jakarta: Qisthy Press, 2011

Syukur, Amin, *Sufi Healing (Terapi Literatur Tasawuf)*, Semarang: IAIN Walisongo, 2010

\_\_\_\_\_, *Insan Kamil (Paket Pelatihan Seni Menata Hati)*, Semarang: CV. Bima Sejati, 2006

Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Edisi ketiga*, Jakarta: Balai Pustaka, 2005

Ustadzah Nisywah, *Rahasia Istighfar dan Tasbih*, Jakarta PT AlMawardi Prima , 2002

Wibowo, Siswo Ari, *Upaya Penyembuhan Stres Melalui Pendekatan Zikir Dan Mujahadah Di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara (Tinjauan Bimbingan Dan Konseling Islam)*, Semarang: Fakultas Dakwah UIN Walisongo, 2013

Referensi Internet (*Web*)

<http://Syahadatain.pdf//.com> diambil pada tanggal 12 november 2014 jam 14.00 wib

YAYASAN SYIFA'UR ROHMAH  
SK. MEN. KEH. NOMOR: C-193 HT. 03.01 TH 1998  
**PONDOK PESANTREN ISTIGHFAR**  
KEL. PURWOSARI-KEC. SEMARANG UTARA  
Jl. Purwosari Perbalan gg I No. 775 D, Telp. 024-3584884, HP.  
08164245050 Semarang

---

**SURAT KETERANGAN**  
**No: 001/YSR-PPI/V/2015**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : KH. Muhammad Kuswanto (Gus Tanto)  
Alamat : Jl. Purwosari Perbalan gg I No. 775 D  
Jabatan : Pendiri Pondok Pesantren Istighfar Tombo  
Ati Semarang

Menerangkan bahwa:

Nama: : Hafizh Rahman  
NIM : 104411018  
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas  
Ushuluddin UIN Walisongo Semarang  
Judul Skripsi : Terapi Zikir di Pondok Pesantren Istighfar  
Tombo Ati Semarang 2015

Telah melakukan penelitian di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang Jl. Purwosari Perbalan Semarang, untuk kepentingan penyusunan skripsi sejak bulan Oktober 2014 sampai selesai bulan Mey 2015.

Demikian surat ini kami buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 16 Mei 2015

Pendiri Ponpes Istighfar  
Tombo Ati Semarang



**KH. Muhammad  
Kuswanto (Gus Tanto)**



## Lampiran 1

Wawancara pertanyaan dengan Ustad Gus Tanto (Selaku Pendiri Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Bagaimana Kondisi Dulu Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
2. Kapan dilaksanakan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
3. Apa saja yang harus dipersiapkan sebelum dan sesudah melakukan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
4. Bagaimana metode Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
5. Bagaimana materi yang di dalam Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
6. Bagaimana faktor-faktor yang menghambat dan mendukung ketika melaksanakan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
7. Bagaimana manfaat dan tujuan melaksanakan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
8. Bagaimana pengaruh dan hasil dari pelaksanaan terapi *zikir* itu sendiri?



## Lampiran 2

Wawancara pertanyaan dengan Santri (Selaku Santri yang bernama taufik di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Nama anda siapa?
2. Alamat tempat tinggal anda dimana?
3. Profesi anda sekarang apa?
4. Kapan anda mengikuti terapi *zikir* yang di adakan di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
5. Kenapa anda mengikuti terapi *zikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
6. Apa saja yang harus dipersiapkan sebelum dan sesudah melakukan Terapi *Žikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
7. Menurut anda, materi dan metode yang di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang apakah ada kesamaan dengan Pondok-Pondok lainnya mengenai pelaksanaan?
8. Menurut anda, faktor apa saja yang membuat anda menghambat dan mendukung mengikuti Terapi *Žikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
9. Bagaimana manfaatnya dan tujuan melaksanakan Terapi *Žikir* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang?
10. Menurut anda, Bagaimana pengaruh dan hasil dari pelaksanaan terapi *zikir* itu sendiri yang anda ikuti?

### Lampiran ke 3

Mengenai jawaban dari wawancara dengan Ustad Gus Tanto (Selaku Pendiri Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Zaman dulu mas, tahun 60'an daerah sini terkenal dengan daerah *preman* karena masyarakat yang ada disini pada melakukan perbuatan yang biasa *preman* lakukan seperti mencuri, copet, dan mabuk-mabukan. Kondisi Pondok itu mas, belum jadi pondok seperti ini. Dulu pengajian terapi *zikir* itu dilaksanakan bergantian rumah-rumah itu dilaksanakan setiap hari rabu malam kamis.
2. Pelaksanaan Terapi *zikir* dilaksanakan pada tahun 60'an. Namun, pada tahun 2004 mulai terkenal Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ai Semarang. Sampai sekarang mas tahun 2014 dan Tahun 2015 terus dilaksanakan terapi *zikir* di Pondok sini mas.
3. Itu mas, sebelumnya melakukan *zikir* pertama harus berwudhu, bersalaman, duduk bareng dengan santri, tadarus al-Qur'an, gentong Tombo Ati, dan tiker. Setelah pengajian itu mas, para santri mendapatkan pencerahan dari mendengarkan ceramah, makan, dan beberapa santri meminta konsultasi.
4. Metode *zikir* yang dilakukan adalah khafi mas.
5. Materi *Žikir* yang di sini itu mas, meneruskan dari bapak saya mas. Dulu bapak mengambil dari Pondok-Pondok Pesantren di kudus terus saya tambahi dengan asmaul husna dan tahlil serta istighfar dalam metode *zikir* di sini mas. Ya, dari metode ini banyak santri pada cocok atau ada perubahan kesembuhan yang terus mengikutinya.

6. Faktor yang mendukung itu mas, niat, taubat, dan khusyuk. Sedangkan, yang menghambat itu dosa yang diperbuat, selalu putus asa, dan selalu makan-makanan haram.
7. Tujuannya dilaksanakan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang itu mas, untuk menyembuhkan psikis seseorang dan merubah akhlak atau moral mereka serta terus melakukan kegiatan di jalan Allah atau diridhai Allah SWT. Manfaatnya dilaksanakan Terapi *Ẓikīr* di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang itu mas, hati para santri tenang, membersihkan penyakit hati, mengalirkan aliran darah ke seluruh tubuh dan selalu mengingat Allah SWT.
8. Pengaruh dan hasilnya iya ada pengaruhnya mas dan ada hasilnya, dikarenakan *ẓikīr* merupakan metode untuk penyembuhan dan untuk sarana mengingat Allah. Pengaruhnya itu sendiri untuk menyembuhkan psikis seseorang dan hasilnya adalah untuk selalu mengingat Allah SWT serta menenangkan jiwa.

## **Lampiran 4**

Jawaban dari Wawancara pertanyaan Santri (Selaku Santri di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Nama saya taufik mas.
2. Alamat saya daerah Banyumanik dekat jalan tol
3. Saya kerja serabutan mas. Belum pasti mas.
4. Saya mengikuti baru saja mas. Tahun 2012 ya saya senang mengikuti pengajian di sini.
5. Saya senang mengikuti pengajian ini, karena membuat saya hatinya tenang, emosional yang tinggi bisa mereda, dan membuat saya untuk selalu mengingat Allah SWT.
6. Saya kalau sebelum melakukan pengajian saya berwudhu dan memakai busana yang di anjurkan di pondok semuanya harus hitam. Kalau sesudahnya saya mau mendengarkan tausiyah atau ceramah ustad pondok Gus Tanto supaya saya biar untuk selalu semangat lagi.
7. Materi dan metode di Pondok ya mirip-mirip dengan pengajian yang lain. Cumin di sini menggunakan metode yang beda dengan yang lain.
8. Faktor yang membuatku menghambat itu ya selalu putus asa. Kalau faktor yang mendukung ya selalu khusyuk karena Allah SWT.
9. Manfaatnya membuatku permasalahan yang ada bisa mereda dan mendapatkan pencerahan hidup serta hati menjadi tentram selalu

dekat dengan Allah SWT. Tujuannya untuk membuat akhlakku selalu di jalan Allah SWT.

10. Hasil dan pengaruhnya itu mas. Membuatku selalu untuk mengingat Allah dan ukhuwah saya ingin selalu membantu sesama dari semua itu saya sadar negatifnya sombong itu tidak baik serta pengaruh saya keluarga saya selalu harmonis mas, karena saya udah menikah mas memiliki anak dua. Satu sekolah SMP dan satunya masih TK.

## **Lampiran 5**

Jawaban dari Wawancara pertanyaan Santri (Selaku Santri di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Nama saya Imam Mashyudi
2. Alamat saya di Cilosari Barat Semarang timur
3. Saya kerja di bangunan mas.
4. Saya udah ikut sejak tahun 2014 mas.
5. Saya senang mengikuti pengajian, karena membuatku selalu ingat Allah dan pentingnya bersaudara serta mendapatkan ketenangan hati ketika menghadapi masalah hidup.
6. Saya kalau sebelum melakukan pengajian saya berwudhu dan memakai busana yang di anjurkan di Pondok semuanya harus hitam. Kalau sesudahnya saya mau mendengarkan tausiyah atau ceramah ustad Pondok Gus Tanto supaya saya biar untuk selalu semangat lagi.
7. Materi dan metode saya menyukai bacaan dan lafad-lafadnya mas. Saya belum pernah mengikuti metode seperti itu mas.
8. Faktor yang membuatku menghambat itu ya selalu merasa berdosa mas. Kalau faktor yang mendukung ya selalu khusyuk karena Allah SWT.
9. Manfaatnya membuatku semangat dan menyembuhkan psikisku dan tujuannya untuk selalu berakhlak di jalan Allah SWT.
10. Hasil dan pengaruhnya itu mas. Membuatku selalu untuk mengingat Allah dan ukhuwah saya ingin selalu membantu sesama dari semua itu saya sadar negatifnya sombong itu tidak

baik serta pengaruh saya keluarga saya selalu harmonis mas,  
karena saya udah menikah mas memiliki anak satu yang masih  
kecil. Dan aku menyayangi istri dan anakku mas.

## Lampiran 6

Jawaban dari Wawancara pertanyaan Santri (Selaku Santri di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Nama saya Sugiyanto
2. Alamat saya di Semarang mas
3. Saya kerja menjadi ustad TPQ di daerah kaligawe semarang.
4. Saya udah ikut sejak tahun 2014 mas.
5. Saya senang mengikuti pengajian ini membuatku selalu mengingat Allah dan mendapatkan ketenangan hatiku mas.
6. Saya kalau sebelum melakukan pengajian saya berwudhu dan memakai busana yang di anjurkan di Pondok semuanya harus hitam. Kalau sesudahnya saya mau mendengarkan tausiyah atau ceramah ustad Pondok Gus Tanto supaya saya biar untuk selalu semangat lagi.
7. Materi dan metode yang di Pondok saya senang di mujahadahnya itu dan tahlilnya mas.
8. Faktor yang membuatku menghambat itu ya selalu merasa berdosa mas. Kalau faktor yang mendukung ya selalu khusyuk karena Allah SWT.
9. Manfaatnya membuatku berpikiran positif terus dan tujuannya untuk merubah akhlak yang terpuji di jalan Allah SWT.
10. Hasil dan pengaruhnya itu mas. Membuatku selalu untuk mengingat Allah dan ukhuwah saya ingin selalu membantu sesama dari semua itu saya sadar negatifnya sombong itu tidak baik serta pengaruh saya keluarga saya selalu harmonis mas,



karena saya udah menikah mas memiliki anak satu duduk di Sekolah di SMA dan aku menyayangi istri dan anakku mas.

## **Lampiran 7**

Jawaban dari Wawancara pertanyaan Santri (Selaku Santri di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Nama saya Sudarto
2. Karang ayu Semarang daerah anjasmara mas.
3. Penjahit
4. Saya ikut tahun 2012
5. Saya senang mengikuti pengajian, karena dulu saya selalu tawuran dan saya setelah mengikutinya akhlak saya sedikit ada perubahan dan ada pengaruhnya mas.
6. Saya kalau sebelum melakukan pengajian saya berwudhu dan memakai busana yang di anjurkan di Pondok semuanya harus hitam. Kalau sesudahnya saya mau mendengarkan tausiyah atau ceramah ustad Pondok Gus Tanto supaya saya biar untuk selalu semangat lagi.
7. Materi dan metodenya saya suka isi pengajiannya mas. Karena dalamnya ada mujahadah dan tahlil serta ada doanya mas.
8. Faktor yang menghambat ya selalu berbuat dosa mas. Saya dulu mabuk-mabukan dan suka tawuran. Faktor yang mendukungnya saya berniat untuk bertaubat atau merubah diriku atau akhlakku menjadi yang lebih baik terus di jalan Allah SWT.
9. Manfaatnya saya udah mulai menyayangi kedua orang tuaku dan menghargai batapa pentingnya hidup dan aku udah mau mengingat Allah SWT dimanapun berada. Tujuannya ya selalu

melakukan yang diperintah Allah dan menjauhi yang dilarang Allah SWT.

10. Pengaruhnya dan hasilnya saya udah tidak ikut tawuran mas dan mau menghargai keluargaku mas yaitu anak dan istriku mas, karena saya menyayangi mereka mas.

## **Lampiran ke 8**

Jawaban dari Wawancara pertanyaan Santri (Selaku Santri di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang)

1. Nama saya Wawan
2. Alamat saya di Tlogosari Semarang
3. Pedagang di Tlogosari
4. Saya ikut pada tahun 2012
5. Saya senang mengikuti, karena membuatku selalu ingat Allah dan ingat untuk membantu sesama dalam kebaikan atau selalu bersedekah.
6. Saya kalau sebelum melakukan pengajian saya berwudhu dan memakai busana yang di anjurkan di Pondok semuanya harus hitam. Kalau sesudahnya saya mau mendengarkan tausiyah atau ceramah ustad Pondok Gus Tanto supaya saya biar untuk selalu semangat lagi.
7. Materi dan metode saya suka mengikuti dalamnya ada mujahadah yang membuatku untuk menangis mengingat Allah SWT.
8. Faktor yang menghambat saya itu mas salalu berputus asa. Saya sebagai pedagang selalu berputus asa karena ya setiap hari kadang-kadang rame tetapi sering sepi mas. Faktor pendukung ya saya berniat untuk mengikuti pengajian Terapi Žikir di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang.
9. Manfaatnya itu mas. Bisa menyembuhkan psikisku mas. Saya searing pusing dan kadang-kadang perut sakit. Tetapi saya mengikuti pengajian itu Alhamdulillah sembuh mas. Tujuannya

untuk selalu ingin dekat dengan Allah dan setiap hari aku hanya mengucapkan syukur kepada Allah atas nikmat yang diberikan padaku mas.

10. Pengaruh dan hasilnya mas. Saya sembuh dari penyakit psikisku mas yaitu sombong dan pelit mas. Hasilnya itu mas saya udah bisa bersyukur dan bisa membuatku sedikit demi sedikit merubah akhlak yang lebih mulia di jalan Allah SWT.

**Foto-foto Kegiatan dan Pelaksanaan Kegiatan Terapi *Zikir* Dalam  
Majelis Pengajian di Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati  
Semarang**



**Bangunan Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati**



**Ruang Tamu Pondok Pesantren Istighar Tombo Ati**



**Ruang Mushala Pondok Pesantren Istighfar Tombo Ati Semarang**

## **Jamaah Pengajian Mujahadah Pondok Pesantren Tombo Ati**



**Pelaksanaan Terapi Żikir Di Pondok Pesantren Istighar Tombo Ati**



**Para Santri Menghayati Dan Mendengarkan Pengajian Mujahadah**



## **Terapi Zikir**



**Habib Syarbani Sedang Membacakan Hadroh Dan Mulai Pengajian Mujaadah Terapi Zikir**



**Wawancara Dengan Kyai Tombo Ati**



**Wawancara Dengan Santri Tombo Ati**



**Wawancara Dengan Santri Tombo Ati**



Pondok pesantren

# ISTIGHFAR

Jamaah mujahadah

**Kyai Tombo Ati**



Di mana kita peduli dengan makhluk ALLAH yang berada di bumi, maka kita akan dipedulikan makhluk ALLAH yang berada di langit

Kita saling menjaga 3 perkara :

1. Tata bahasa
2. Tata krama
3. Tata hati

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبَّ الْبَرِيَّاءِ ❁ أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ مِنَ الْخَطِيئَاتِ  
رَبِّي زِدْنِي عِلْمًا نَافِعًا ❁ وَوَفِّقْنِي عَمَلًا صَالِحًا

*Astaghfirullooh Robbal baroyya  
Astaghfirullooh minal kothooya  
Robbi zidnii 'ilman naafi 'aa  
Wawaa fiqnii 'amalan shoolikhaah*

*Disalini penganggo putih  
yen lunga ora bakal mulih  
Tumpakane kereta Jawa  
Rodhane rodha manungsa*

*Jujugane omah guwa  
Tanpa bantal tanap klasa  
Omahe ora ana lawange  
Turu ijen ora ana kancane*

*Diurugi anjang-anjang  
Disirami banyune kembang  
Tangga-tangga padha sambang  
Tangise kaya wong nembang*

*Ayo kanca padha elinga urip  
ning donya mung sakwentara  
Mula iku padha elinga  
Sholat fardlu ndang lakonana*

*Ayo kanca, padha bisowa  
Ninggalna bangsa molima  
Bakal mulya urip ning donya  
Ning akhirat diganjar swarga*



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Bismillaahirrahmaanirrohiim*

Dengan nama Allah yang Maha  
Pengasih lagi Maha Penyayang

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ  
وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ  
اللَّهِ

*Asyhadu alla ilaaha illalloohu  
Wa-asyhadu anna Muhammadar  
Rosuulullooh.*

Aku bersaksi bahwa sesungguhnya  
Tidak ada Tuhan selain Allah dan  
Aku bersaksi bahwa sesungguhnya  
Nabi Muhammad utusan Allah

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِأَمِي وَأَبِي

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لَأَسْتَاذِي

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ  
لِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ  
لِلْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ 3×...

Aku memohon ampunan kepada  
Allah yang Maha Agung

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا  
مُحَمَّدٍ وَعَلٰى اٰلِ سَيِّدِنَا  
مُحَمَّدٍ

*Alloohumma sholli 'alaa  
sayyidina Muhammad wa 'alaa  
aali Sayyidina Muhammad*

Yaa Allah berikanlah rahmat  
Kesejahteraan kepada junjungan  
Kami Nabi Muhammad dan  
Keluarganya.

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ  
الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ

*Laa haula walaa quwwata ilaa  
billaahil 'aliyyil 'adiim*

Tidak ada daya dan kekuatan  
kecuali dengan (pertolongan)  
Allah Yang Maha Tinggi lagi  
Maha Agung

حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ

*Hasbunallooh wani'mal wakil*

Cukuplah Allah menjadi penolong  
Kami dan Allah adalah sebaik-  
baiknya pelindung

يَا اَللّٰهُ يَا قَدِيْمُ

*Yaa Alloohu Yaa Qodiim*

Wahai Allah, Wahai Dzat Yang  
Maha Dahulu

يَا سَمِيْعُ يَا بَصِيْرُ

*Yaa Samii-u Yaa Bashiir*

Wahai Dzat Yang Maha  
Mendengar,  
Wahai Dzat Yang Maha Melihat,

يَافْتَأْحُ يَارَزَّاقُ

*Yaa Fattaah-hu yaa Rozzaaq*

Wahai Dzat Pembuka Pintu  
Rahmat, Wahai Dzat Yang Maha  
Pemberi Rizqi

يَا مُبْدِئُ يَا خَالِقُ

*Yaa Mubdi-u Yaa Kholiq*

Wahai Dzat Yang Memulai, Wahai  
Dzat yang Menciptakan

يَا هَادِيُ يَا عَلِيمُ يَا خَبِيرُ  
يَا مُبِينُ

*Yaa Haadii Yaa 'Aliim  
Yaa Khoobiiru Yaa Mubiin*

Wahai Dzat yang Memberi Petunjuk,  
Wahai Dzat yang Maha Mengetahui,  
Wahai Dzat yang Maha Waspada,  
Wahai Dzat yang Maha Menjelaskan,

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي  
كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

*Laailaaha ilaa anta subhanaka  
Innii kuntu minadhdhoolimiin*

Tiada Tuhan selain Engkau, Maha  
Suci Engkau, sesungguhnya aku  
termasuk (golongan) orang-orang  
yang dholim.

يَا حَفِیْظُ يَا نَصِیْرُ يَا وَكِيْلُ  
يَا اَللّٰهُ

*Yaa Hafiidhu Yaa Nasiiru,  
Yaa Wakiilu Yaa Allah*

Wahai Dzat yang Maha Memelihara,  
Wahai Dzat yang Maha Penolong,  
Wahai Dzat yang Maha Mengurusi,  
Wahai Allah



يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ  
أَسْتَغِيْثُ بِرَحْمَتِكَ

*Yaa Hayyu Yaa Qoyyuumu*  
*Birahmatika astaghiist*

Wahai Dzat Yang Maha Hidup,  
Wahai Dzat Yang Maha Berdiri-  
Sendiri, dengan rahmat-Mu, Aku  
memohon pertolongan

يَا لَطِيْفُ

*Yaa Latiifu*

Wahai Dzat Yang Maha Penyantun

يَا رَحْمَنُ يَا رَحِيْمُ

*Yaa Rohmaanu Yaa Rohiim*

Wahai Dzat Yang Maha Pengasih,  
Wahai Dzat Yang Maha Penyayang,

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا  
مُحَمَّدٍ قَدْ ضَاقتْ حِيَلِيْ  
اَدْرُكُنْ يَا رَسُوْلَ اللهِ

*Alloohumma sholli 'alaa*  
*sayyidina Muhammadin qod*  
*dloqot hiilatti Adriknii Yaa*  
*Rosuulallooh*

Ya Allah, berilah rahmat kepada  
junjungan kami Nabi Muhammad,  
sesungguhnya telah sempit  
usahaku, temukanlah untukku yaa  
Rasulullah

يَا بَدِيْعُ

*Yaa Badii'u*

Wahai Dzat Yang Menciptakan

اللَّهُ أَكْبَرُ ×3 يَا رَبَّنَا وَالْهَيْتَا  
 وَسَيِّدَنَا أَنْتَ مَوْلَانَا  
 فَأَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ  
 الْكَافِرِينَ

*Alloohu Akbar  
 Yaa Robbanaa wailaahanaa  
 wasayyidana Anta Maulaanaa  
 fanshurnaa 'alal Qoumil  
 kaafiriin*

Allah Maha Besar  
 Wahai Pemelihara kami, wahai  
 Tuhan Kami, wahai Junjungan  
 Kami, Engkaulah penolong kami,  
 tolonglah kami dari gangguan  
 kaum-kaum kafir.

حَصَّشْتُكُمْ بِالْحَيِّ الْقَيُّومِ  
 الَّذِي لَا يَمُوتُ أَبَدًا وَدَفَعْتُ  
 عَنْكُمْ السُّوءَ بِأَلْفِ أَلْفِ  
 لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ  
 الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ

*Hashshontukum bil hayyil  
 qoyyuu Milladzi laa yamuutu  
 abadan Wadafa'tu  
 'ankkumussuua bi alfi  
 Alf ilaa haula walaa quwwata illa  
 Billahil 'aliyyil 'adhiim*

Aku telah membentengi kamu  
 semua (dari segala gangguan  
 musuh) dengan Dzat Yang Maha  
 Hidup, lagi Maha Berdiri Sendiri  
 Yang. . . tidak akan mati selama-  
 lamnya, dan aku menolak (segala)  
 keburukan yang ditujukan kepada  
 kami semua (dari musuh-musuhnya  
 dengan sejuta

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَنْعَمَ عَلَيْنَا  
وَهَدَانَا عَلَى دِينِ الْإِسْلَامِ

*Alhamdulillahilladzi an'ama  
'alaina wahadaa-na 'ala diinil  
Islam*

Segala puji bagi Allah yang telah memberikan beberapa nikmat kepada kita dan menunjukkan kita pada agama Islam.

بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ  
لَا يَسُوقُ الْخَيْرَ إِلَّا اللَّهُ

*Bismillaahi maasyaa Alloohu Laa  
yasuuqul khoiro illalloh*

Dengan nama Allah (ini) sesuatu Yang telah dikehendaki oleh Allah. Tidak ada yang dapat menggiring pada kebaikan, kecuali Allah

بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ  
لَا يَصْرِفُ السُّوءَ إِلَّا اللَّهُ

*Bismillaahi maasyaa Alloohu Laa  
yashrifussuu-a illalloh*

Dengan nama Allah (ini) sesuatu Yang telah dikehendaki oleh Allah. Tidak ada yang dapat mengubah kejahatan, kecuali Allah.

بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ مَا كَانَ  
مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنْ اللَّهِ

*Bismillaahi maasyaa Alloohu  
Maakaani'matin faminallooh*

Dengan nama Allah (ini) sesuatu Yang telah dikehendaki oleh Allah. Tiada sesuatu nikmatpun kecuali dari Allah

بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا حَوْلَ  
وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ  
الْعَظِيمِ

*Bismillaahi maasyaa Alloohu Laa  
haua wala quwwata ilaa billaa  
hil 'aliyyil 'adhiim*

Dengan nama Allah (ini) sesuatu  
Yang telah dikehendaki oleh  
Allah. Tiada daya upaya dan  
kekuatan kecuali dengan  
pertolongan Allah, Yang Maha  
Tinggi lagi Maha Agung

سَاءَ لَكَ يَا غَفَّارُ عَفْوًا  
وَتَوْبَةً وَبِالْقَهْرِ يَا قَهَّارُ خُذْ  
مَنْ تَحِيَّلًا

*Saaltuka yaa ghoffaaru 'afwan  
wa taubatan wabil qohri yaa  
qohhaaru khudz man takhoyyalaa*

Aku mohon kepada-Mu ya Allah  
ampunan dan terimalah taubat dan  
dengan keperkasaan-Mu  
Wahai Dzat yang Maha Perkasa,  
binasakanlah orang-orang yang  
bermaksud menipu daya (kami)

يَا جَبَّارُ يَا قَهَّارُ يَا ذَا الْبَطْشِ  
الشَّدِيدِ حَقًّا وَحَقًّا  
الْمُسْلِمِينَ مِمَّنْ ظَلَمْنَا  
وَالْمُسْلِمِينَ وَتَعَدَّى عَلَيْنَا  
وَعَلَى الْمُسْلِمِينَ

*Ya jabbaaru yaa qohhaaru Yaa  
dzal bathsyisyadidi haqqona wa  
haqqol muslimiina mimman  
dholammana wal muslimiina  
wata 'adda 'alaina wa 'alal  
muslimiin*

Wahai Dzat yang Maha Perkasa  
Wahai Dzat yang Maha Memaksa,  
Wahai Dzat yang Maha Memiliki  
serangan yang dahsyat, berikanlah  
hak kita dan hak orang-orang  
Islam dan dari orang-orang yang  
memusuhi kami dan memusuhi  
orang-orang Islam



أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ  
مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

*A'udzu bikalimaatillaahit taa-  
maa-ti mink syarrimaa kholaq*

Aku berindung dengan kalimat-  
kalimat Allah yang sempurna dari  
keburukan sesuatu yang telah  
diciptakan

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ  
اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ  
وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ  
السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

*Bismillaahilladzii laa ya dlurru  
ma'asmihii syai un fil ardli wala  
fissamaa-i wahuwas samii 'ul  
'alim*

Dengan nama Allah yang tidak  
mendatangkan bahaya beserta  
nama-Nya sesuatu juapun yang ada  
di bumi dan di langit dan Dia  
Maha Mendengar lagi Maha  
Mengetahui

يَا قَوِيَّ يَا مَتِينُ اكْفِنِي شَرَّ  
الظَّالِمِينَ

*Yaa qowiyyu ya matiinu  
Ikfini syarroddhoolimiin*

Wahai Dzat yang Maha Kuat  
Wahai Dzat yang Maha Kokoh  
Peliharalah aku dari -kejahatan  
orang-orang yang dholim

رَبِّ نَجِّنِي مِنَ الْقَوْمِ  
الظَّالِمِينَ

*Robbi najjinii minal qoumi  
dhoolimiin*

Wahai Tuhanku selamatkanlah aku  
dari (gangguan) orang-orang yang  
dholim

سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ  
وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ

*Subhaanalloohi walhamdulillaahi  
wala ilaa-ha illalloohu-walloohu  
akbar*

Maha Suci Allah, segala puji bagi  
Allah, tiada Tuhan selain Allah  
dan Allah Maha Besar

رَبِّ يَسِّرْ لَنَا وَلَا تُعَسِّرْ عَلَيْنَا  
اللَّهُ رَبِّ تَمِّمْ لَنَا بِالْخَيْرِ  
أَعْمَالَنَا

*Robbi yasir lana wala-tu 'assir  
'alainaa Alloohu Robbi tammim  
lana-bilkhoiri a'malana*

Ya Allah mudahkanlah segala  
sesuatu bagi kami, janganlah  
Engkau persulit atas kami  
Ya Allah Tuhanku berikanlah  
kesempurnaan atas kami dengan  
segala kebaikan atas perbuatan  
kami

*Astaghfirullooh Robbal baroyya  
Astaghfirullooh minal khothooya  
Robbi zidnii 'ilman naafi 'aa  
Wawaa fiqnii 'amalan shoolikhaah*

*Ya allah Gusti Namun Njenengan  
Engkang ngapunten doso kawulo  
Lan doso-nipun Ibu lan Bapak.. ..  
Lan dosonipun ahli lan sanak . . . .  
Lan dosonipun.. . . ahli lan sanak*

*Astaghfirullooh Robbal baroyya  
Astaghfirullooh minal khothooya  
Robbi zidnii 'ilman naafi 'aa  
Wawaa fiqnii 'amalan shoolikhaah*

*Ya allah Gusti Namun Njenengan  
Engkang maringi Jembar Rezeqi.....  
Amiin ya Allah 3x ya robbal alamin*



KEMENTERIAN AGAMA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS USHULUDDIN  
Alamat: Kampus II, Jl. Prof. Dr. Hamka Km.1., Ngallyan  
Semarang 50165. Telp. (024) 7601294

---

### SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa:

Nama : Hafiz Rahman  
NIM : 104411018

Telah memiliki pengetahuan dan keterampilan (*skill*) pengobatan dalam bentuk **Terapi Refleksi, Bekam, Hipnoterapi, Prana, dan EFT (SEFT)**, sehingga kepada yang bersangkutan diberi izin untuk mengamalkan/memberikan pelayanan kepada masyarakat.

Semarang, 21 Maret 2013

Ketua Jurusan



*[Signature]*  
Hafiz Rahman Al-Kumayy M.Ag  
NIP: 19730627 200312 1 003





# SERTIFIKAT

Di berikan kepada:

**HAFIZH RAHMAN**

Sebagai **TRAINER TERAPI HIDAMAH/ BEKAM**

Dalam rangka **CAMPING SPIRITUAL 2013** Himpunan Mahasiswa Jurusan  
Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang  
di Kebun Teh Medini Kendal pada tanggal 15-17 November 2013

Semarang, 14 November 2013  
Mengetahui,

**"MENJAMAH  
SEMESTA,  
MELEBUR PADA  
SANG PENCIPTA"**

MUHAMMAD YUSUF FADHIL

Ketua Himpunan Mahasiswa  
Tasawuf & Psikoterapi

Muhammad Kholid  
Ketua Panitia

Muhammad Yusuf Fadhl  
Ketua HMT Tasawuf & Psikoterapi

Executive

# Sertifikat



Himpunan Mahasiswa Jurusan  
Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin  
IAIN Walisongo Semarang  
2013

Dengan ini memberikan penghargaan setinggi-tingginya  
kepada:

**HAFIZH RAHMAN**

Yang telah mengabdikan dalam kepengurusan **HIMPUNAN MAHASISWA JURUSAN  
TASAWUF PSIKOTERAPI (HMJ TP)** Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang  
periode 2012-2013

Semarang, 14 Januari 2013  
Mengetahui,

Ketua HMJ Tasawuf Psikoterapi  
Fakultas Ushuluddin 2012-2013

  
Muhammad Yusuf Fadhil  
104411032

Ketua Jurusan Tasawuf Psikoterapi  
Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang



Dr. Sulaiman Al-Kumayy, M.Ag  
NIP. 19730627 200312 1 003

"MENANTU  
YANG OKE...  
ADALAH  
SARJANA  
TEPE..."





Panitia Pelaksana

# OPAK 2010

## ORIENTASI PENGENALAN AKADEMIK DAN KEMAHASISWAAN

BADAN EKSEKUTIF MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN IAIN WALISONGO SEMARANG

Sekretariat : Jl. Prof. Dr. Hamka KM. 1 Gedung Student Center Fak. Ushuluddin Kampus II IAIN Walisongo Semarang

## PIAGAM PENGHARGAAN

No. 035 / PPAK/BEM.FU/IAIN-WS/X/2010

Diberikan kepada :

Hafidz Rahman

Yang telah berpartisipasi aktif dalam rangkaian kegiatan Orientasi Pengenalan Akademik (ORKAD) dan Orientasi Keagamaan (ORKA) serta ORSENIK Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang tahun 2010 dengan hasil BAIK

Sebagai

## PESERTA

Semarang, 22 - 23 Agustus 2010

Panitia Pelaksana

Orientasi Pengenalan Akademik dan Kemahasiswaan (OPAK) 2010

Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang

Hasisul Ulum Billy Yaschi

Ketua

Fatchur Rahman

Sekretaris

Mengetahui,

Pembantu Dekan III Fak. Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang

DR. H. Yusuf Suyono, M.A.

Muhammad Idrus



KEMENTERIAN AGAMA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN  
KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

Jl. Walisongo No. 3-5 Semarang 50185 telp/fax. (024) 7615923 email: lppm.walisongo@yahoo.com

# PIAGAM

Nomor : In.06.0/L1/PP.06/351/2014

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Institut Agama  
Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang, menerangkan bahwa:

Nama : **HAFIZH RAHMAN**

NIM : 104411018

Fakultas : Ushuluddin

Telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan ke-62 tahun 2014  
di Kabupaten Semarang dengan nilai :

85

4,0 / A

Semarang, 10 Juni 2014

A.n. Rektor,  
Ketua,



**Dr. H. Sroghhan, M. Ag.**

004 199403 1 004



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### 1. Data Pribadi



Nama : Hafizh Rahman  
TTL : Semarang, 27 Juli 1991  
Alamat : Kp. Tegal Rejo RT 04/ RW 09  
Kelurahan Kemijen Semarang  
Timur  
Status : Mahasiswa Fakultas Ushuluddin  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapy  
UIN Walisongo Semarang

### 2. Pendidikan Formal

Lulusan Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN  
Walisongo Semarang pada Tahun 2015  
Lulusan Sekolah MAN 02 Semarang pada Tahun 2010  
Lulusan Sekolah MTSN 02 Semarang pada Tahun 2007  
Lulusan Sekolah SDN 02 Rejomulyo Semarang pada Tahun 2004  
Lulusan Sekolah TK PGRI Kemijen Semarang Pada Tahun 1998

### 3. Pengalaman Organisasi

Menjadi Wakil Pengkaderan Organisasi Pada HMJ TP Pada  
Tahun 2013  
Mendapat Sertifikat Terapi dari Kajor HMJ TP Pada Tahun  
2013  
Trainer Terapi Hijamah (Bekam) dalam acara Camping  
Spiritual Pada Tahun 2013

Semarang, 11 Mei 2015

Peneliti

Hafizh Rahman